16 +

КУБАНЬ СЕГОДНЯ

№60 (5155), 26 сентября, ЧЕТВЕРГ, 2024 года

WWW.KUBANTODAY.RU

КРАЕВАЯ ГАЗЕТА

Фотография предоставлена пресс-службой МО город Краснодар

Жизнь в движении

ПО ВСЕЙ РОССИИ ПРОШЛО МАСШТАБНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ ПОД НАЗВАНИЕМ «КРОСС НАЦИИ»

В кубанской столице центральной площадкой спортивного события стал стадион «Кубань». Участие в забеге приняли несколько сотен краснодарцев разного возраста и уровня подготовки.

Атлеты преодолевали дистанции от одного до десяти километров в зависимости от возрастной категории. Участники бежали вокруг территории парка стадиона «Кубань». По итогам состязаний победители и призеры были награждены медалями, грамотами и ценными призами.

«Кросс нации» проводился в рамках федерального проекта «Спорт — норма жизни» национального проекта «Демография». Организаторами спортивного мероприятия выступили Министерство спорта Российской Федерации и Всероссийская федерация легкой атлетики.

Читайте в номере

Стр. 5

Светлана ГЕРИХ:

«Новые нацпроекты еще более ожидаемы и необходимы»

В этом году на реализацию национальных проектов в регионе направлено 72 миллиарда рублей.

Сегодня нацпроекты стали частью жизни каждого. Во всех муниципалитетах жители знают, что и когда у них будет построено, в какие сроки и, главное, по какому нацпроекту.

Как удалось достичь такой узнаваемости и какое будущее у нацпроектов — в интервью с директором Департамента организации проектной деятельности администрации Краснодарского края Светланой Герих.

Стр. 9

Давайте дружить городами

В Краснодаре обновят аллею городов-побратимов в парке 30-летия Победы.

Девять лет назад в кубанской столице появилась аллея городов-побратимов. Ее заложили вдоль набережной в парке 30-летия Победы. Установили мраморные таблички с названиями братских городов, вместе с иностранными друзьями высадили молодые деревца. Они прижились и превратились в сильные и красивые зеленые деревья.

Побратимские связи Краснодара постоянно развиваются, растут как деревца, высаженные в честь братских городов.

Стр. 13

Чтобы рак не вернулся

Онкологический диагноз, проведенное лечение накладывают на людей свой отпечаток, предъявляют свои требования. То есть жизнь таких людей должна идти по своим законам. Каким именно?

Об этом на страницах газеты рассказывает заместитель главного врача краснодарского Клинического онкологического диспансера №1 Лада Геннадиевна Тесленко.

По ее мнению, чтобы рак не вернулся, надо активно ему противостоять. Человек, перенесший лечение рака, всю жизнь потом должен быть под наблюдением врача-онколога.

РАБОЧИЙ ВИЗИТ

Поделились опытом

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев с рабочим визитом побывал в Республике Беларусь.

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев с рабочим визитом побывал в Республике Беларусь

В Минске на встрече с руководством компании, которая занимается прокладкой дорог, ему продемонстрировали технологию создания дорог из бетона. Этот метод используют в развитии дорожной инфраструктуры в Республике Беларусь.

Вениамин Кондратьев сообщил, что дорожная сеть Краснодарского края — одна из самых протяженных в России. По его словам, необходимо прокладывать современные магистрали так, чтобы как можно меньше их ремонтировать. Это диктует сама жизнь.

Обращаясь к руководству компании, он сказал:

— Часть дорог вы делаете из бетона, они более стойкие. В условиях мегаполиса важно, чтобы трассы были качественными и долговечными. Это актуально для Краснодара с его 1,6 миллиона жителей, где не только строить, но и приводить в порядок дороги при большой активности движения сложно. Это важно и для курортов Краснодарского края: к нам ежегодно приезжает восемнадцать миллионов отдыхающих, из них двенадцать миллионов — на своем автотранспорте. Ключевые магистрали края ведут к морским портам азово-черноморского побережья и испытывают серьезную нагрузку. В зависимости от времени года она превышает нормативы в семь — двенадцать раз. При этом летом наши магистрали начинают буквально плавиться. Всё это влияет на их износ. Объем нашего дорожного фонда составляет пятьдесят шесть миллиардов рублей, при этом львиная доля идет не на прокладку новых, а ремонт существующих трасс. Благодаря вашей технологии бетонную дорогу можно эксплуатировать без ремонта пятнадцать лет. В рамках сотрудничества мы готовы изучить и применить ваш опыт.

В ходе рабочего визита Вениамин Кондратьев осмотрел дороги внутри строящегося белорусского микрорайона Минск-Мир. Некоторые участки дорог внутри жилых кварталов тоже изготавливаются из бетона. Как было сказано, цементобетон — это жесткий и самый прочный тип покрытия, в разы долговечнее асфальтобетонного.

Губернатор Краснодарского края осмотрел и участок трассы М3 Минск — Витебск. Ему рассказали о технологии прокладки дорог, показали передвижной завод по производству цементобетона.

Вениамин Кондратьев отметил, что прокладка таких трасс — сложный организационный процесс, связанный в том числе с приобретением и доставкой материалов и техники, контролем за организацией работы, соблюдением необходимых технологических процессов. Губернатору Краснодарского края также продемонстрировали процесс укладки бетона. Если срок службы асфальтового покрытия рассчитан в среднем на десять лет до ремонта, то тяжелый бетон прослужит все двадцать пять.

Владимир ПОРХАНОВ:

«Желаем Краснодару сохранить свою красоту, душевное тепло и гостеприимство»

В нынешнем году столице Кубани исполнится 231 год. День города приходится в 2024 году на последние выходные сентября. Жители Краснодара отмечают праздник большим количеством значимых событий, а также принимают в эти дни поздравления от известных земляков, внесших немалый вклад в развитие и процветание родного города.

Почетный гражданин Краснодара Владимир Порханов, Герой труда Кубани, Герой Труда России, депутат Законодательного Собрания Краснодарского края, доктор медицинских наук, академик РАН, профессор, главный врач ГБУЗ «НИИ — ККБ №1 имени профессора С. В. Очаповского», адресовал жителям города самые теплые и добрые пожелания:

— Уважаемые земляки, поздравляю вас с замечательным праздником — днем рождения Краснодара!

Несмотря на солидный возраст, наш любимый город был и остается молодым, современным и стремительно меняющим облик. Еще наши предки говорили: «Не ищи обетованные края — они там, где родина твоя». Это праздник тех, кто родился, прожил здесь всю жизнь, и тех, кто переехал в столицу юга России, увидел ее и полюбил раз и навсегда. Мы ценим его за удивляющие своей красотой парки, за самобытность и особую неповторимую атмосферу. Желаем Краснодару сохранить свою красоту, душевное тепло и гостеприимство.

Любовь к Родине — это не что-то отвлеченное, это любовь к своему городу, гордость за его историю. Этот город, вместе с его прошлым, с его традициями, заслугами, достижениями и планами на будущее, делаете вы, жители. Вы его сердце, его душа, его поклонники и его звезды.

От всей души хочу пожелать, чтобы мы были дружны и едины, чтобы наши старания, стремления, силы и надежды помогали развиваться и процветать Краснодару. Пусть каждый здесь будет счастлив, любим и успешен в своем деле. Всем мира и добра.

С днем рождения, родной город!

ВАЖНО

На особом контроле

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев провел совещание по государственной охране памятников.

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев провел совещание по государственной охране памятников

Он подчеркнул, что активное строительство идет по всему краю, но при этом необходимо сохранять объекты историко-культурного наследия. Старинные памятники и здания формируют неповторимый облик городов и станиц, показывают непрерывную связь поколений.

— Первостепенная задача — своевременная реставрация объектов. В этом проявляется отношение к наследию предков не на словах, а на деле. В крае почти пятнадцать тысяч памятников археологии, полторы тысячи — защитникам Отечества. У нас более тысячи трехсот памятников архитектуры. За последние два года отреставрировали семьдесят семь памятников, работы продолжаются еще на восьмидесяти четырех. Особое внимание необходимо уделять объектам, которые находятся в муниципальной собственности. Если же памятники в частной собственности, то ответственность за их содержание ложится на правообладателя, но необходимо следить, чтобы правила соблюдались. Требования должны быть едины для всех. Для этого надо разработать программу сохранения и восстановления памятников в исторических поселениях,— сказал Губернатор Краснодарского края.

Он поручил эту работу взять на контроль своему первому заместителю Игорю Галасю, а начальник Управления государственной охраны объектов культурного наследия администрации края Георгий Давыденко сообщил, что Краснодарский край остается лидером среди регионов в количестве и многообразии объектов культурного наследия.

По его словам, в регионе под охраной государства находится порядка двадцати тысяч памятников различных исторических эпох — от раннего палеолита до второй половины двадцатого века. За два года более трехсот пятидесяти объектов получили охранный статус. Исторические поселения регионального значения также в центре внимания. Учитывается архитектурный облик вновь возводимых там объектов, ограничивается высотность и этажность.

Как отметил Вениамин Кондратьев, для защиты исторических зданий определили границы шести исторических поселений в Краснодаре, Сочи, Анапе, Армавире, Ейске, Тамани.

По его словам, важно поддерживать порядок в границах поселений, очищать памятники от самовольных вывесок и граффити, выполнять комплексное благоустройство.

В частности, в Сочи находится 297 объектов культурного наследия. В текущем году завершили ремонтно-реставрационные работы в музее Островского. Благоустроили территорию семи воинских захоронений. Что касается Новороссийска, то участники совещания обсудили вопрос реставрации мемориала «Малая Земля».

Вениамин Кондратьев акцентировал внимание участников совещания на том, что в следующем году страна будет отмечать восьмидесятилетие Победы в Великой Отечественной войне:

— К этой дате памятник необходимо привести в порядок, а прилегающую территорию взять под особую охрану. Главное для нас — это сохранить память. Новороссийск был, есть и будет городом-героем. Легендарная земля должна быть участником великого праздника.

Участие в совещании приняли заместители Губернатора Краснодарского края, руководители профильных ведомств, а также главы муниципалитетов.

ТЭК И ЖКХ

Избавляются от вреда

Врио министра ТЭК и ЖКХ региона Вячеслав Шапошник посетил полигоны в Славянском районе и Горячем Ключе, где ведут работы по рекультивации полигонов.

Во время осмотра полигонов обсудили трудности, которые могут возникнуть в ходе работ. В Славянске-на-Кубани необходимо уложить дополнительный слой песка и почвогрунта.

— На сегодняшний день подрядчик завершает устройство защитного экрана полигона и дренажного слоя из песчано-щебеночной смеси. Работает тридцать человек, задействовано девятнадцать единиц техники. Общая готовность объекта составляет более семидесяти шести процентов. Завершить рекультивацию на данном объекте планируем до конца 2024 года,— сообщил Вячеслав Шапошник.

В Горячем Ключе площадь полигона составляет 5,4 гектара. Здесь ликвидацию завершили в июле текущего года. Выполнили обустройство покрытия из геотекстиля, проездов и обочин, технологического и рекультивационного слоев.

В рамках биологического этапа на территории выполнили посев многолетних трав. В течение следующих пяти лет восстановление земель будет идти самостоятельно.

Как отметил Вячеслав Шапошник, в Краснодарском крае продолжают ликвидацию объектов накопленного вреда. Благодаря рекультивации крупнейших свалок появятся территории, которые впоследствии станут зелеными зонами и площадками для рекреаций. Всего в текущем году в регионе завершат рекультивацию четырех свалок, в том числе в Краснодаре и селе Кабардинка.

Подготовила Марина ГЛЕБОВА, фотографии предоставлены пресс-службой администрации Краснодарского края

Законодательная власть Кубани

ВЫЕЗДНОЕ ЗАСЕДАНИЕ

Большие перспективы развития аквакультуры

Руководитель регионального парламента Юрий Бурлачко в рамках выездного заседания аграрного комитета ЗСК посетил Геленджик, где на примере нескольких отраслевых предприятий ознакомился с ходом реализации краевого закона об аквакультуре и оценил перспективы развития данного направления сельского хозяйства.

Юрия Бурлачко сопровождали его заместитель Александр Трубилин, председатель аграрного комитета ЗСК Сергей Орленко, первый заместитель председателя комитета ЗСК по вопросам использования природных ресурсов Андрей Булдин и член комитета ЗСК по вопросам здравоохранения Константин Димитриев, глава Геленджика Алексей Богодистов и возглавляющий думу города-курорта Михаил Димитриев.

В ходе поездки руководитель кубанского парламента осмотрел, в частности, производственный участок мидийной фермы ООО «Черноморские продукты». Выращиванием деликатесной продукции, в том числе и устриц, здесь занимаются на площади 136 гектаров. Ежегодный объем сбора мидий в последние годы превышает двести тонн. В целях возмещения части затрат на приобретение оборудования компания активно пользуется предоставляемой на краевом уровне господдержкой.

В беседе с гендиректором предприятия Александром Поповым председатель ЗСК отметил, что закон, принятый кубанским парламентом в 2017 году, послужил своеобразным импульсом к созданию в субъекте сопутствующей развитию аквакультуры инфраструктуры, включая формирование рыбоводных участков, приобретение специализированного оборудования и строительство цехов переработки. В процессе общения была затронута и тема научного сопровождения отрасли.

Юрий Бурлачко поинтересовался существующей на данный момент проблематикой в отрасли. Как пояснили руководителю Законодательного Собрания, связана она большей частью с мощными ноябрьскими штормами прошлого года, во время которых были повреждены мидийные и устричные коллекторы. Председатель ЗСК выразил уверенность, что последствия разгула стихии обязательно будут устранены. При этом он акцентировал внимание коллег на необходимости расширять производство и, следовательно, увеличивать объемы выпускаемой продукции.

Еще одним объектом показа стали плантации ООО «ОСБ», специализирующегося помимо выращивания мидий и устриц еще и на разведении форели.

В завершение парламентарии, в том числе члены профильного комитета ЗСК, присоединившиеся к делегации Законодательного Собрания на данном этапе программы посещения Геленджика, побывали на предприятии «Альянс-Инвест». Здесь производственные мощности задействованы в переработке и консервировании рыбы, ракообразных и моллюсков.

Комментируя итоги объезда, председатель ЗСК подчеркнул, что развитие аквакультуры является таким же важным звеном кубанского агропрома, как и его другие направления. По его словам, для выращивания рыбы и морепродуктов в субъекте есть хорошая материально-техническая база. В этом парламентская делегация убедилась во время выездного заседания. Благодаря действию в крае профильного закона второе дыхание получило и так называемое индустриальное рыбоводство. При этом не стоит забывать, что потенциалом развития аквакультуры обладает побережье не только Черного моря, но и Азовского. С тех пор, как Азовское море стало внутренним морем России, реализация в его акватории проектов выращивания рыбы и морепродуктов зависит исключительно от наших производителей, отметил Юрий Бурлачко. В последние два года кубанским парламентом проведена серьезная работа по изучению потенциала отрасли, профильный комитет ЗСК неоднократно выезжал для этого в рыбоводческие районы края. В итоге было решено скорректировать профильный региональный закон для дальнейшего поступательного развития отрасли. Актуальный законопроект был включен и в повестку дня сентябрьской сессии ЗСК.

По окончании объезда в администрации Геленджика состоялась пленарная часть выездного заседания аграрного комитета ЗСК. Провел ее руководитель Законодательного Собрания Юрий Бурлачко.

В мероприятии приняли участие депутаты ЗСК, руководство города-курорта и местной думы. Своим мнением относительно перспектив рыбоводства и дальнейшего развития аквакультуры в субъекте поделились также представители профильных ведомств, ученые, директора крупных отраслевых предприятий.

Обращаясь к присутствующим, председатель кубанского парламента отметил, что товарное рыбоводство является для Краснодарского края одним из перспективных направлений экономической деятельности. По словам Юрия Бурлачко, сейчас в регионе по этому направлению работает свыше четырехсот пятидесяти хозяйствующих субъектов.

— Благодаря мерам поддержки рыбоводство развивается у нас с положительной динамикой. Так, доля Кубани в объеме производства товарной рыбы составляет 34 процента в Южном федеральном округе и превышает семь процентов по России,— отметил руководитель Законодательного Собрания.

Председатель аграрного комитета ЗСК Сергей Орленко в свою очередь напомнил коллегам о том, что использование водного фонда внутренних водоемов и прибрежных акваторий носит комплексный, многоотраслевой характер. При этом он уточнил: аквакультура включает в себя не только разведение, содержание и выращивание рыбы, моллюсков и водорослей, которые осуществляются под полным или частичным контролем человека, но и сохранение биоразнообразия и рекреации.

— Цель совместной работы органов власти краевого и федерального уровней, а также местного самоуправления и хозсубъектов — устойчивое обеспечение кубанцев и жителей страны разнообразной и доступной рыбной продукцией,— сказал Сергей Орленко.

Позицию профильного регионального ведомства по теме заседания высказал и заместитель руководителя Минсельхоза края Михаил Тимофеев. Он проинформировал коллег об основных показателях отрасли и результатах работы по модернизации ее технической составляющей.

Заместитель председателя ЗСК, ректор КубГАУ Александр Трубилин подробно остановился на подготовке кадров для рыбохозяйственного комплекса, сообщив, что в возглавляемом им образовательном учреждении вот уже два года функционирует центр аквакультуры и среди сотрудников университета есть специалисты, разбирающиеся не только в специфике разведения рыбы, но и в особенностях культивирования биоресурсов марикультуры.

— Данное направление АПК полноценно нашими учебными заведениями пока не охвачено. Сегодня, на мой взгляд, следует уделять особое внимание подготовке не только отраслевых кадров с вузовским образованием, но и специалистов среднего звена,— отметил Александр Трубилин.

О результатах деятельности по своему профилю участникам выездного заседания рассказали приглашенные на встречу представители научного сообщества. Была выслушана и точка зрения руководства Геленджика, а также предпринимателей по перспективам развития рыбоводства и аквакультуры в муниципалитете и в регионе в целом.

В процессе обмена мнениями один из представителей бизнеса рассказал о возникающих при его ведении трудностях. В том числе зашла речь о высокой стоимости экологической экспертизы для мидийных ферм. Председатель ЗСК дал поручение профильным комитетам кубанского парламента подготовить законодательную инициативу, которая бы предусматривала снижение финансовой нагрузки на игроков рынка аквакультуры. Речь зашла и о возможности льготного кредитования объектов рыбопереработки через региональный Фонд развития промышленности, развитии гастротуризма.

Резюмируя сказанное коллегами, председатель краевого парламента отметил, что аквакультурой занимаются и в других субъектах, где существуют природные водоемы, поэтому Кубани есть кому составить конкуренцию.

— Имеющийся в нашем субъекте задел развития данного направления АПК дорогого стоит, поэтому требует особого внимания и поддержки,— заключил Юрий Бурлачко.

По итогам работы профильному комитету ЗСК было поручено совместно с региональным Минсельхозом и Азово-Черноморским территориальным управлением Федерального агентства по рыболовству провести мониторинг исполнения условий договоров о пользовании рыбоводными участками на Кубани. Главному аграрному ведомству края рекомендовано разработать и принять Концепцию развития рыбохозяйственного комплекса на период до 2030 года.

Подготовила Марина ВЛАДИМИРОВА, фотографии предоставлены пресс-службой ЗСК

АНТИНАРКО

Важное направление

Заместитель Губернатора Краснодарского края Александр Власов провел заседание региональной антинаркотической комиссии.

Заседание прошло в режиме видеоконференции. Участие в ней принимало свыше семисот человек из всех муниципальных образований региона.

Александр Власов уточнил, что в Краснодарском крае в области физической культуры и спорта внедрена система «Наставничество». Она обеспечивает закрепление наставников из тренерско-преподавательского состава за несовершеннолетними, в отношении которых комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав проводится индивидуальная профилактическая работа. Система «Наставничество» является комплексом дополнительных мер по формированию культуры здорового образа жизни.

В Краснодарском крае 265 организаций имеют лицензии на услуги по психиатрии и наркологии, из них шестьдесят шесть процентов — негосударственные организации.

— Регулярно проводим мониторинг соблюдения обязательных требований при осуществлении медицинской деятельности, а именно внесения сведений о конкретной медицинской организации в Единую государственную информационную систему здравоохранения. Управление проводит профилактические визиты. Только за первое полугодие 2024 года состоялось семнадцать выездов в медицинские организации, осуществляющие наркологическую помощь. Также осуществляется мониторинг безопасности лекарственных средств,— отметил заместитель Губернатора Краснодарского края.

На совещании обсудили также организацию профилактической работы с молодежью, в том числе через реализацию проектов антинаркотической направленности. Ранее была поставлена задача увеличения числа учащихся и студентов в антинаркотической работе, включения антинаркотических волонтеров в состав муниципальных антинаркотических комиссий.

Как сообщил Александр Власов, в крае образован 181 волонтерский антинаркотический отряд с общим количеством участников почти десять тысяч человек. Они регулярно проводят беседы, встречи, организуют кинолектории, открытые диалоги, направленные на профилактику здорового образа жизни. По итогам первого полугодия 2024 года свыше 87 тысяч человек посетили 1,6 тысячи таких мероприятий.

Обсудили на совещании и эффективность мероприятий по недопущению оборота биологически активных добавок, а также спортивного питания, в состав которых входят запрещенные вещества. Контроль за этим возложен на краевое управление Роспотребнадзора. Ведется мониторинг информации, размещенной в Интернете, выявляются нарушения в продаже продукции.

Как было сказано, Управление по контролю за оборотом наркотиков проводит профилактические мероприятия с воспитанниками и тренерским составом спортивных школ. Организуются разъяснительные беседы с администрациями фитнес-центров и спортивных клубов. Работу с несовершеннолетними и их семьями ведут тренеры учреждений физкультурно-спортивной направленности, инструкторы по физической культуре и спорту сельских поселений.

Горячая пора

Заместитель Губернатора Краснодарского края Андрей Коробка с рабочим визитом побывал в муниципальном образовании Кореновский район.

Он посетил одно из ведущих агропредприятий, которое специализируется на производстве продукции растениеводства.

На предприятии идет уборка свёклы. В этом году урожайность сельхозкультуры — 511 центнеров с гектара. Это выше, чем в среднем по району.

Такой высокий показатель стал возможным благодаря правильному формированию севооборота, сбалансированному внесению удобрений и тесной работе с учеными. Это отметил Андрей Коробка, который после посещения сельхозпредприятия провел совещание, посвященное предварительным итогам уборочной кампании и готовности региона к осенним посевным работам.

Заместитель Губернатора Краснодарского края Андрей Коробка с рабочим визитом побывал в муниципальном образовании Кореновский район

Заместитель Губернатора Краснодарского края отметил, что 2024 год для кубанских аграриев был непростым в плане погодных условий. Однако, несмотря на сложности, край смог получить высокий урожай зерновых колосовых и зернобобовых культур.

По словам Андрея Коробки, в этом году валовой сбор ранних зерновых культур составляет почти 11,9 миллиона тонн. Озимой пшеницы намолочено свыше 10,2 миллиона тонн. Продовольственного зерна третьего — четвертого класса получено шестьдесят процентов. С учетом погодных условий это хороший показатель.

Андрей Коробка сообщил, что впервые получена рекордная урожайность озимого ячменя: в среднем по краю намолочено по 73,3 центнера с гектара, а сбор составил более миллиона тонн.

Он также сказал, что такие высокие результаты дали семена отечественной селекции Национального центра зерна имени П. П. Лукьяненко. В этом году на территории края высеяли порядка ста сортов озимой пшеницы и около тридцати пяти сортов озимого ячменя. Также в одном из хозяйств Тбилисского района сорт пшеницы кубанской селекции «школа» дал новый рекорд урожайности озимой пшеницы: 109,7 центнера с гектара.

Как отметил Андрей Коробка, под урожай 2025 года снижение площади озимого клина не запланировано. Озимые культуры посеют на площади 1 миллион 762 тысячи гектаров. В том числе под озимую пшеницу отведут свыше 1,6 миллиона гектаров, под озимый ячмень — 158 тысяч гектаров, под озимую тритикале — 2,5 тысячи гектаров. Также в планах посеять 78 тысяч гектаров озимого рапса. Хозяйства семенами озимых зерновых культур обеспечены в полном объеме — это более четырехсот тысяч тонн.

Министр сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности Краснодарского края Федор Дерека сообщил, что техника к выходу в поля готова. В посевной кампании будет задействовано около двадцати двух тысяч тракторов, более шести тысяч сеялок и посевных комплексов, три тысячи агрегатов для подготовки почвы и полторы тысячи разбрасывателей минеральных удобрений на поля.

По словам министра, имеющийся парк техники состоит преимущественно из современных энергосберегающих и высокопроизводительных сельхозмашин. Это стало возможным благодаря постоянному обновлению машинно-тракторного парка. Кубанские аграрии ежегодно приобретают сельхозтехники на сумму более семнадцати миллиардов рублей. С начала этого года в хозяйства поступило более двух тысяч единиц новой техники на сумму более десяти миллиардов рублей. В результате технического перевооружения виден рост энергообеспеченности агропредприятий. Сейчас она составляет 202 лошадиные сил на сто гектаров, это один из самых высоких показателей в стране.

СПОРТ

Задача выполняется

Заместитель Губернатора Краснодарского края Александр Власов провел совещание по развитию спортивной инфраструктуры в регионе.

Он сообщил, что строительство объектов ведут в рамках действующих федеральных и краевых программ, а также федеральных проектов «Спорт — норма жизни» и «Бизнес-спринт. Я выбираю спорт».

В Горячем Ключе ведут работу по проектированию Центра единоборств, крытого бассейна. Строят спорткомплекс, его готовность — 53 процента. В планах — капитальный ремонт центрального стадиона. По уровню обеспеченности спортивными объектами Горячий Ключ на четвертом месте в крае.

По словам Александра Власова, с учетом роста населения в краевой столице необходимо ежегодно открывать спортивные объекты в каждом микрорайоне. Сейчас по уровню обеспеченности такими сооружениями Краснодар занимает двадцать восьмое место среди муниципальных образований края.

В сентябре в Краснодаре начнут строить многофункциональный спорткомплекс площадью более 6,3 тысячи квадратных метров на улице Домбайской, а также физкультурно-оздоровительный комплекс в учхозе «Кубань». В поселке Знаменском приступили к возведению универсального спорткомплекса. В Карасунском округе Краснодара планируют построить спортивный комплекс для прыжков на батуте, акробатики и игровых видов спорта.

Что касается Гулькевичского района, то здесь ведут строительство Центра единоборств, в планах проектирование легкоатлетического манежа, установка многофункциональных спортплощадок во всех поселениях муниципалитета. Сейчас по обеспеченности спортивными сооружениями район занимает одиннадцатое место в крае с показателем 76,5 процента. Об этом сообщил Александр Власов.

— По итогам 2023 года уровень обеспеченности спортивной инфраструктурой в Краснодарском крае составил в среднем 61,4 процента. Необходимо выполнить задачу, поставленную президентом России, по увеличению к 2030 году количества занимающихся спортом до семидесяти процентов. Для этого в регионе строят сорок объектов: спорткомплексы, центры единоборств, бассейны, а также восемнадцать многофункциональных спортплощадок. Эта работа на контроле Губернатора Краснодарского края Вениамина Кондратьева,— сказал его заместитель Александр Власов.

Люди дела

Заместитель Губернатора Краснодарского края Александр Руппель принял участие во Всероссийском форуме муниципальных инвеступолномоченных.

Он подчеркнул, что Краснодарский край всегда открыт для обмена опытом по формированию комфортного инвестклимата:

— Мы полностью поменяли парадигму привлечения инвестиций. У нас всегда был хороший входящий поток, который позволял региону привлекать порядка четырехсот миллиардов в год — это было хорошее, спокойное движение. Но когда мы разрабатывали стратегию развития региона до 2030 года, поставили перед собой амбициозные цели: выйти на уровень в триллион рублей в 2026 году. Мы стали «пилотами» во многих проектах: внедряли «Сквозной поток», Региональный инвестиционный стандарт, Муниципальный стандарт. Активно участвуем в проектах Агентства стратегических инициатив. Чуть больше года назад создали Агентство по привлечению инвестиций Краснодарского края, и сегодня это одно из лучших агентств в стране. Благодаря всем этим шагам мы рассчитываем при сохранении текущей динамики выйти на объем инвестиций в триллион рублей уже в этом году.

По словам Александра Руппеля, муниципальные команды — это те люди, с которых начинаются инвестиции. От того, насколько обучена команда, насколько она верит в свои силы и нацелена на результат, зависит будущее наших регионов и страны в целом. Краснодарский край в числе первых регионов успешно внедрил все элементы муниципального инвестиционного стандарта. В частности, в каждом районе работает инвеступолномоченный.

Организатором форума стала в том числе и администрация Краснодарского края. Участвовали в мероприятии в Сочи муниципальные служащие и руководители агентств по привлечению инвестиций из разных регионов России.

Подготовила Марина ГЛЕБОВА, фотографии предоставлены пресс-службой администрации Краснодарского края

Светлана ГЕРИХ:

«Новые нацпроекты еще более ожидаемы и необходимы»

В ЭТОМ ГОДУ НА РЕАЛИЗАЦИЮ НАЦПРОЕКТОВ В РЕГИОНЕ НАПРАВЛЕНО 72 МИЛЛИАРДА РУБЛЕЙ

Еще пять лет назад слова «национальные проекты» никому ничего не говорили. Казалось бы, это какие-то задачи для власти, которые она себе ставит и сама же решает, а людей это мало касается. Сегодня нацпроекты стали частью жизни каждого. Во всех муниципалитетах жители знают, что и когда у них будет построено, в какие сроки и, главное, по какому нацпроекту. Как удалось достичь такой узнаваемости и какое будущее у нацпроектов — в интервью директора Департамента организации проектной деятельности администрации Краснодарского края Светланы Герих.

Узнаваемые успехи

— Светлана Алексеевна, вы с первых дней руководили процессами, связанными с реализацией национальных проектов. Как удалось такой большой объем задач и средств структурировать? И что это дало людям?

— Когда есть определенные цели и задачи, а главное, они подкреплены финансово, важно выстроить работу так, чтобы можно было вовремя откорректировать ситуацию, изменить подходы, подрядчиков, устранить все риски. Но для этого нужно очень глубокое понимание всех процессов и владение ситуацией, внимание со стороны главы субъекта. К счастью, у нас в крае совещания по реализации нацпроектов проводятся регулярно, все проблемные вопросы разбираются и обязательно находится решение. По-другому с таким большим набором задач не справиться.

Уже сейчас мы можем говорить о том, что для нашего края нацпроекты стали определяющими для экономики, для жизни — для всех отраслей и территорий. Мы серьезно модернизировали само качество жизни, благоустроили общественные пространства, усовершенствовали все жизненно важные сферы для людей: медицину, образование, дорожное хозяйство.

Колоссальные средства выделялись и из федерального бюджета, и из краевого, чтобы жизнь становилась лучше и в больших городах, и в маленьких населенных пунктах. Только в этом году на нацпроекты было направлено более 72 миллиардов рублей.

В крае лет тридцать не велось так активно строительство социальной инфраструктуры. За пять с половиной лет благодаря нацпроектам было построено 46 школ и 61 детский сад. Начато строительство девятнадцати поликлиник. Открылось 75 фельдшерско-акушерских пунктов. Мы смогли сделать медицину действительно доступной. И при этом развиваем высокотехнологичную медицину, медицинский туризм.

До конца года в планах ввести еще одиннадцать школ, семь поликлиник и шесть очистных и канализационных сооружений.

В День знаний в этом году открыли девять новых школ.

Главное достижение

— Но главной задачей всё же было не строительство...

— Как вы понимаете, ключевой целью нацпроектов было не возведение объектов ради объектов, не стены из бетона. Мы говорим о более глобальных национальных задачах: это повышение рождаемости, увеличение активной продолжительности жизни, это в целом повышение уровня благосостояния людей. И здесь мы тоже можем говорить об определенных успехах. На сегодня продолжительность жизни в крае выше, чем в среднем по России: 73,7 года.

И здесь нельзя не отметить, что достигать таких показателей было отнюдь не просто. Пандемия сдерживала реализацию. Мы учились планировать закупки, заключать контракты в начале года, а не в середине. Мы стали планомерно работать и сдавать объекты в срок. И такая ситуация по всем двенадцати национальным проектам, с которыми мы живем с 2018 года.

Как итог по 2023 году уровень достижения нацпроектов в крае — 99,99 процента. Фактически всё выполнено. Есть еще вопрос по обеспеченности больниц врачами и средним медицинским персоналом, но стоит отметить, что это проблема всех регионов. Решаем ее сейчас за счет увеличения целевого набора, реализации краевой программы социальной ипотеки и в целом увеличения мер поддержки врачей.

Кадры для экономики

— В мае были озвучены новые национальные проекты. Мы готовы к их реализации?

— Президент определил девятнадцать новых нацпроектов, в том числе национальные проекты технологического лидерства, которые будут реализовываться следующие пять лет, и семь национальных целей развития страны. Это сохранение населения, укрепление здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи. Реализация потенциала каждого человека, развитие его талантов, воспитание патриотичной и социально ответственной личности. Инфраструктура для жизни. Эффективная и конкурентная экономика. Цифровая трансформация государственного и муниципального управления, экономики и социальной сферы. Технологический суверенитет. Экологическое благополучие. В соответствии с ними будут переформатированы национальные проекты. Этим как раз сейчас и занимаются все уровни власти. До конца года национальные и входящие в них федеральные проекты должны быть утверждены.

По сути, определен курс развития страны до 2030 года и возможность дальше работать над повышением благосостояния людей. В структуру каждого нацпроекта также будут входить федеральные проекты. В нацпроекте «Здоровая и продолжительная жизнь», по сути, это приемник нацпроекта «Здравоохранение» — одиннадцать федеральных проектов, которые разбиты по областям — от детского здоровья до борьбы с онкологией. Дальше уже федерация направляет детальные показатели каждому субъекту и план мероприятий, которые будут реализовываться в регионах.

На нашем краевом уровне мы эти показатели изучаем и смотрим, что нам нужно достичь по годам реализации нацпроектов. За каждым конкретным мероприятием закреплен специалист — это уже его зона ответственности. На уровне региона мы видим уже большую внутреннюю работу, больше конкретики и точечных вопросов, где быть школе, парку, детсаду. Как создать «дорожную карту». Когда и какие этапы будут реализовываться. Это работа больше касается управления и менеджмента. Ориентируемся на новый указ президента о национальных целях до 2030 года и на перспективу до 2036 года.

— Уже известно, что национальный проект «Образование» завершил свою работу.

> **Национальные проекты, реализуемые в Краснодарском крае, направлены на повышение качества жизни кубанцев, а также на обеспечение научно-технологического и социально-экономического развития региона.**
> **Существенная часть качественных изменений в крае происходит благодаря нацпроектам. Строятся и ремонтируются дороги и мосты, поликлиники и дома культуры, школы и детские сады.**
> **Кроме того, в муниципальных образованиях благоустраиваются парки и набережные, успешно развиваются предприятия, появляются новые рабочие места.**

Что удалось более детально по нему сделать за пять лет? Как сфера образования отразится в новом нацпроекте «Кадры»?

— Очень многое сделано в этой сфере. Для детей созданы огромные возможности для развития. Открыто 605 центров образования «Точка роста». Тринадцать технопарков «Кванториум» с филиалами и девять мобильных лабораторий. Мы открыли шесть центров цифрового образования детей «ИТ-куб». Обновлена материально-техническая база многих образовательных организаций: 436 школ и техникумов получили современное компьютерное оборудование. В том числе в этом году 38 школ в восемнадцати муниципалитетах и два техникума получат современное компьютерное оборудование: ноутбуки, многофункциональные устройства, интерактивные панели и видеокамеры для конференций.

Почему так важно образование. Именно сегодняшние дети будут создавать и руководить буквально через несколько лет. Они должны получить необходимые компетенции, чтобы сделать нашу экономику сильной и независимой. Вы видите, что именно кадры сейчас являются краеугольной темой. Решить эти задачи и призван новый нацпроект «Кадры», в него войдет четыре федеральных проекта.

Один из них будет направлен на эффективное трудоустройство выпускников образовательных организаций. Это и развитие целевого обучения, и прохождение практики, а также синхронизация классификаторов в сферах труда и образования. Второй федеральный проект поможет уже работающим людям: это переобучение, получение каких-то дополнительных навыков. Третий федеральный проект будет касаться эффективных систем охраны труда и снижения травматизма. А четвертый как раз о молодежи: важно создать для них условия для работы и ведения бизнеса.

— Как будет выстроена работа по новым национальным проектам?

— У нас уже налажен определенный алгоритм работы. Возникающие проблемы доводятся до курирующих проекты вице-губернаторов. Мы готовим аналитические материалы и каждую неделю представляем их для анализа и понимания ситуации. Это хорошая практика. Более сложные вопросы поднимаем на совещаниях с участием губернатора края.

— А что сегодня о нацпроектах думают сами люди? Вы проводите замеры общественного мнения?

— В этом году часто общались с самыми разными семьями, в том числе многодетными. Многие из них, благодаря нацпроектам, получили серьезную помощь и поддержку, которая помогла им повысить свое благосостояние, окрепнуть. Это и выплаты на детей, и места в яслях и дошкольных группах, а также обучение мам в декрете дополнительной профессии.

Все также признаются, что очень многое сделано в плане благоустройства. За пять лет по нацпроектам приведено в порядок свыше 1300 скверов, парков, других общественных территорий. Открылось много зданий учреждений образования и культуры. В школы искусств, театры и музыкальные школы за пять лет было закуплено более 7800 единиц нового современного оборудования.

Мы получаем обратную связь и через Интернет. Если вы обратили внимание, на каждом объекте, построенном по нацпроекту, есть QR-коды. И люди могут навести на них смартфон и оставить отзыв. Кто-то благодарит, кто-то сообщает о каких-то недочетах, и это очень ценно. К примеру, по школе на улице Адмирала Крузенштерна в Краснодаре люди оставили сообщение о том, что после двух лет появился дефект в штукатурке. Застройщик в счет гарантийных обязательств за месяц всё устранил. Самое главное в реализации нацпроектов — не быть равнодушным, душой болеть за дело. И это касается всех: и нашей большой команды, и каждого жителя края.

Вячеслав БУРОВ

РАБОЧАЯ ВСТРЕЧА

Конструктивное общение

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев провел рабочую встречу с заместителем председателя правительства России Дмитрием Патрушевым.

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев провел рабочую встречу с заместителем председателя правительства России Дмитрием Патрушевым

На встрече в Москве Губернатор Краснодарского края выразил благодарность правительству страны за внимание и беспрецедентную поддержку сельского хозяйства.

Он подчеркнул, что для Кубани это стратегическое направление. В этом году регион традиционно одним из первых завершил уборку зерновых колосовых и зернобобовых. Несмотря на сложные погодные условия, собрано порядка двенадцати миллионов тонн зерна. Продолжается уборка сахарной свёклы, кукурузы, подсолнечника и сои. Начали уборку риса — всего более 117 тысяч гектаров. Также ведется сбор овощей, фруктов и винограда.

Вениамин Кондратьев выразил уверенность в том, урожая будет достаточно, чтобы закрыть потребности края и загрузить предприятия перерабатывающей промышленности.

Губернатор Краснодарского края отметил, что в этом большая заслуга кубанских селекционеров и семеноводов. Сегодня семена пшеницы, ячменя, риса на сто процентов кубанского производства. Ежегодно наращивают долю отечественных семян и по остальным культурам, которые возделываются в крае.

Вениамин Кондратьев подчеркнул, что такие результаты стали возможны во многом благодаря господдержке агропромышленного комплекса края. В этом году ее общий объем составил 11,2 миллиарда рублей. Из них 5,3 миллиарда — средства федерального бюджета.

— Один из важных инструментов поддержки в условиях высокой ключевой ставки Центробанка — льготные краткосрочные кредиты. В этом году региону довели более миллиарда рублей на субсидирование процентной ставки по льготным краткосрочным кредитам,— уточнил Вениамин Кондратьев.

На совещании Вениамин Кондратьев рассказал и о ситуации с объектами по переработке твердых коммунальных отходов в регионе. Речь шла о полигонах, которые в регионе рекультивируют по национальному проекту «Экология».

Он уточнил, что в Горячем Ключе и Краснодаре эти работы уже выполнили, продолжают в Славянске-на-Кубани. Завершить планируют до конца этого горда. Также в рамках федеральной программы «Генеральная уборка» ведется рекультивация объекта в селе Кабардинка.

Вениамин Кондратьев сказал, что на Кубань на отдых ежегодно приезжает около восемнадцати миллионов отдыхающих — это втрое больше собственного населения региона. Поэтому остро стоит проблема вывоза, сортировки, переработки и размещения отходов. Территория Краснодарского края поделена на пять кластеров, в каждом — свой оператор.

ОБРАЗОВАНИЕ

Необходимые изменения

Заместитель Губернатора Краснодарского края Анна Минькова провела совещание, на котором рассмотрели вопросы организации питания в школах.

— С начала учебного года в некоторых муниципалитетах столкнулись с проблемами в организации школьного питания. Самым главным остается вопрос обеспечения бесплатным питанием 61 тысячи детей из многодетных семей. Важно, чтобы все ребята без исключения питались по единому меню со своим классом,— подчеркнула Анна Минькова.

Она поручила держать этот вопрос на контроле и уточнила, что расписание уроков нужно пересмотреть так, чтобы обед выпадал на длинную перемену, которую нередко еще называют большой. Ученики не должны есть в спешке, это важно для их здоровья. Кроме того, на сайтах школ и в чатах должна быть информация о меню в школьных столовых.

Анна Минькова уточнила, что в регионе продолжается модернизация школьных пищеблоков. Двадцать уже привели в порядок, еще двадцать четыре отремонтируют до конца года. На их капитальный ремонт направили почти пятьсот миллионов рублей. Благодаря реализации краевых программ число пищеблоков полного цикла увеличилось до восьмисот восьмидесяти, и это результат системной работы.

Подготовила Марина ГЛЕБОВА, фотография предоставлена пресс-службой администрации Краснодарского края

В ГОРОДСКОЙ ДУМЕ КРАСНОДАРА

«Комсомольцы» навели порядок и уют в родном округе

Свой личный вклад в большую работу краснодарцев по подготовке к празднованию Дня города внесли депутаты Вера Галушко и Максим Бурлачко. Председатель городской Думы Краснодара и председатель комитета по вопросам законности, правопорядка и правовой зашиты граждан Максим Бурлачко вместе с жителями 11-го избирательного округа вышли на субботник на Приозерный бульвар в Комсомольском микрорайоне.

К старшим товарищам присоединились молодые активисты из волонтерского движения «Новое поколение» и неравнодушные жители — и работа закипела. Все участники субботника радовались нежным солнечным лучам, долгожданной сентябрьской прохладе и возможности поучаствовать в общем деле на благо всех жителей микрорайона. Так что в кратчайшие сроки все лавочки и урны на бульваре засияли свежей краской.

— Перед праздником хорошие хозяева наводят в доме порядок. Вот и мы перед Днем города, который будем отмечать 28 сентября, стараемся сделать более уютным и красивым наш большой многонациональный дом — Краснодар,— подчеркнула председатель гордумы Вера Галушко.

Это не первый и далеко не последний субботник, организованный депутатами. Ранее волонтеры и активисты 11-го избирательного округа навели порядок на территории Крымского бульвара, позднее, в октябре — ноябре, планируют высадить саженцы деревьев и кустарников в различных зеленых зонах Комсомольского микрорайона.

— Очень рады, что смогли прийти сюда на субботник и помочь облагородить наш микрорайон, сделать наш родной город еще красивее. Всегда мечтали помогать природе, помогать людям. Мы заботимся об окружающей среде. Здесь сейчас все вместе мы делаем этот мир чуточку лучше,— наперебой говорят юные волонтеры из организации «Новое поколение».

Молодым не уступают в активности и «комсомольцы» старшего поколения.

— Комсомольский — мой родной район. Я тут живу почти всю жизнь. Очень рада тому, что в последние годы он преображается прямо на глазах. У нас есть и еще будут красивые бульвары, на которых приятно отдыхать и пенсионерам, и молодым родителям с детьми. Мы готовы внести свой личный вклад, чтобы общие места отдыха оставались ухоженными и становились еще краше,— утверждает активистка Валентина Головко.

— Мы здесь живем, гуляем с внуками по этому бульвару, отдыхаем на этих лавочках. Мы благодарны нашим депутатам, городским властям за благоустройство нашего микрорайона. Конечно, мы хотим, чтобы наши бульвары и придомовые территории становились всё краше и краше. Готовы приложить к этому свои руки. Будем выходить на субботники, поможем и в озеленении нового бульвара, который прокладывают сейчас вдоль улицы Приозерной,— говорит жительница микрорайона Алла Катаржнова.

На создание нового бульвара протяженностью около шестисот метров выделено около двенадцати рублей, из которых семь миллионов рублей — по программе наказов избирателей.

По окончании субботника депутаты Вера Галушко и Максим Бурлачко проинспектировали ход работ по созданию зеленой зоны, которая соединит уже имеющиеся Симферопольский и Приозерный бульвары в большой прогулочный маршрут для местных жителей.

— Участники отчетной встречи с жителями 11-го избирательного округа, которую мы проводили летом этого года, практически единогласно выбрали название для нового бульвара: «Семейные традиции». Думаю, что это замечательное название, ведь 2024-й в нашей стране — Год семьи. Мы обязательно достроим бульвар до конца этого года,— подчеркнул Максим Бурлачко.

Депутаты своими глазами убедились, что площадка полностью расчищена, реконструируются дорожки к жилым домам, на тротуарах ведется укладка асфальта, в том числе, по словам подрядчиков, в ближайшее время будет уложено более тысячи квадратных метров асфальта, установлено более тысячи погонных метров бордюров, завезен грунт для обустройства зеленых зон, установлены беседки и скамейки.

— Надеюсь, люди будут с удовольствием отдыхать на этом прекрасном благоустроенном бульваре. Жители смогут собираться вместе, устраивать чаепития, лучше узнавать друг друга, налаживать теплые добрососедские отношения,— отметила Вера Галушко.

Подготовила Наталья ДЕРИЩЕВА, фотографии предоставлены пресс-службой МО город Краснодар

НА БЛАГО ИЗБИРАТЕЛЕЙ

Доверие и участие

В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ ДЕПУТАТЫ ПРОДОЛЖАЮТ РАБОТУ ПО БЛАГОУСТРОЙСТВУ ВВЕРЕННЫХ ТЕРРИТОРИЙ, ПОДДЕРЖИВАЮТ ПАТРИОТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ВНОСЯТ БОЛЬШОЙ ВКЛАД В ПОДДЕРЖКУ УЧАСТНИКОВ СВО И ИХ СЕМЕЙ. ПОЛИТИКИ УВЕРЕНЫ, ЧТО ЗАБОТА О НАШИХ СООТЕЧЕСТВЕННИКАХ ПРИНЕСЕТ ЗАСЛУЖЕННУЮ ПОБЕДУ.

Благодарность Росгвардии

Двадцать четвертого сентября на расширенном, 79-м заседании городской Думы Краснодара глава города Евгений Наумов наградил депутата гордумы, генерального директора АО «МПМК „Краснодарская-1”» Аслана Нехай от имени сотрудников специального быстрого реагирования Главного управления Росгвардии по Краснодарскому краю за вклад в общее дело по борьбе с неонацизмом.

Руководство Росгвардии выразило уверенность, что имущество, переданное Асланом Нехай, позволит выполнить боевую задачу, прийти к намеченной цели отряду и послужит серьезной опорой в достижении результатов, направленных на защиту нашей страны.

С первых дней СВО депутаты городской Думы Краснодара помогают и жителям новых территорий, и участникам СВО. Политики принимают новые меры поддержки не только для участников специальной военной операции, но и для членов их семей. Депутаты также оказывают персональную помощь, регулярно направляя на фронт партии гуманитарной помощи.

День города

Депутат городской Думы Краснодара по 38-му избирательному округу Андрей Арендаренко совместно с Советом ветеранов Центрального округа, ДК №1 и активистами в Чистяковской роще провели фестиваль «Активное долголетие — девиз нашего столетия», приуроченный к празднованию 231-го года со дня основания Краснодара. Мероприятие, в котором приняло участие более пятидесяти активистов 38-го избирательного округа, является ежегодным и стало традиционным.

Народный избранник поздравил участников встречи с наступающим праздником.

— Рад, что в нашем округе живут такие активные люди. Надеюсь, что ряды любителей спорта с каждым годом будут расти. Желаю вам счастья и здоровья! — сказал Андрей Арендаренко.

Активисты разбились на четыре команды: территориальное общественное самоуправление «Подсолнух», коллектив ветеранской организации «Самоцветы», «Зиповцы» и представители Общества инвалидов «Отважные». Все конкурсанты проявили себя в творчестве, спорте, смекалке и выдержке.

Заслуженную победу командам присудило жюри, в состав которого вошли: заместитель главы Центрального округа Вячеслав Семенихин, заслуженный учитель России Наталья Арендаренко, директор завода измерительных приборов Александр Еремин, руководитель территориального центра №38 Наталья Скавитина.

— Я уверен, что наши соревнования в четвертый раз всех объединили и сдружили, ведь Краснодар, как и вся Кубань, многонациональный и гостеприимный город,— сказал народный избранник.

Не в первый раз на мероприятиях, организованных депутатом, помогают волонтеры из Краснодарского кооперативного института. Одним из приоритетов в воспитательной работе является поддержка пожилых жителей Краснодара.

Развитие сельского хозяйства

Депутат кубанского парламента Денис Выпринцев рассказал о программе партии «Единая Россия» по развитию сельского хозяйства. Он также отметил, что на Кубани самый мощный в России фермерский сектор.

— Это серьезная экономическая сила, и малым формам хозяйствования есть куда расти и развиваться в различных отраслях агропромышленного комплекса при поддержке государства и краевой власти. Укрепляется тренд здорового питания, экологически чистых продуктов, и именно их производят фермеры Краснодарского края, занятые во всех сферах сельского хозяйства,— сказал депутат.

По его словам, развитие сельского хозяйства — один из приоритетов народной программы партии. По инициативе «Единой России» утверждена Стратегия развития производства органической продукции в России до 2030 года, в 2024 году финансирование аграрного сектора увеличили на семьдесят миллиардов рублей.

Ее цель — устранить неравенство условий для субъектов предпринимательства в сельском хозяйстве, поддерживая эффективное развитие как крупных производств, так и крестьянских (фермерских) хозяйств. В сентябре вступил в силу закон о государственной поддержке сбыта фермерской продукции.

Гуманитарный груз — в зону СВО

Депутат городской Думы Краснодара по 24-му избирательному округу Константин Семернин принял участие в отгрузке гуманитарной помощи для бойцов специальной военной операции совместно с жителями поселка Краснолит.

— КамАЗ практически под завязку, как всегда,— говорят активисты движения «Сила в единстве».

Жители 24-го округа активно участвуют в подготовке и отправке гуманитарной помощи бойцам СВО: готовят сухие супы, плетут сети, закупают другую гуманитарную помощь.

Отправка грузов проходит практически каждую неделю.

— Сбор гуманитарной помощи в округе стал по-настоящему народным делом. Сегодня в нем участвуют предприниматели, фермеры, неравнодушные жители. Своей поддержкой мы показываем, на что способно гражданское общество, как мы относимся к своей Родине и насколько преданными патриотами можем быть. Только вместе мы сможем отстоять наши идеалы и вернуть стране мирное небо,— подчеркнул народный избранник.

Прием граждан

К депутату городской Думы Краснодара Марианне Крыловой обратилась заведующая библиотекой-филиалом №35 с просьбой оказать содействие в приобретении мебели. Сотрудники библиотеки создают максимально комфортные условия для читателей различной возрастной категории, в том числе для ребят младшего возраста.

Небольшой сектор из элементов мягкой мебели создаст уютную, располагающую к чтению атмосферу для юных читателей.

От имени жителей многоквартирного дома №2 по улице Парковой к депутату обратилась уполномоченный представитель собственников дома с инициативой обустройства спортивной площадки с тренажерами для детей школьного возраста, а также выразила общую благодарность за установку в этом году детского игрового оборудования для маленьких жителей дома.

— Очень часто ко мне обращаются жители не только с проблемами личного характера, но и с инициативами благоустройства и создания комфортных условий для проживания. Эти пожелания всегда беру на особый контроль и стараюсь их выполнить в полном объеме,— подчеркнула Марианна Крылова.

По волнам национальной памяти

Депутат городской Думы Краснодара Галина Глущенко приняла участие в празднике, посвященном 55-летию библиотеки имени И. А. Гончарова, с которой взаимодействует уже не первый год. В увлекательное путешествие «По волнам национальной памяти» на воображаемом фрегате отправились гости праздника — взрослые и юные читатели библиотеки.

За пятьдесят пять лет библиотека стала не просто хранилищем книг, но и настоящим культурным центром, местом притяжения для любителей знаний и творчества. Здесь сохраняется верность традициям и внедряются новые технологии и идеи.

Галина Глущенко подарила библиотеке книги кубанских писателей. Обсудила вопросы дальнейшего взаимодействия с Еленой Александровной Мирошниченко — руководителем Центральной библиотечной системы Краснодара.

— Поздравляю с замечательным юбилеем сотрудников и читателей библиотеки имени И. А. Гончарова. Пусть впереди у вас будет еще много лет вдохновения и открытий! — сказала Галина Глущенко.

Помощь семьям участников СВО

Сегодня наш общий долг — поддерживать военнослужащих, стоящих на страже Родины. Но в не меньшей поддержке нуждаются и те, кто находится в тылу: родные и близкие наших защитников.

Чтобы помочь женам, матерям, детям наших героев преодолевать трудности в это непростое время, депутат Законодательного Собрания Краснодарского края Галина Головченко вместе с благотворительным фондом «Поколение» запустила проект «Помощь семьям участников СВО „Поколение — Россия”». Проект реализуется при поддержке «Грантов Губернатора Кубани».

На днях команда фонда «Поколение» отправилась в Новороссийск, чтобы встретиться с родными и близкими участников СВО. Для взрослых и детей были организованы групповые сессии с психологом, чтобы помочь справиться с тревогой и стрессом. Также провели арт-терапию и творческие занятия, которые способствуют эмоциональной разгрузке, и передали гуманитарную помощь и подарки для семей.

— Я очень рада, что наша инициатива нашла отклик в сердцах людей. Мы и дальше продолжим всеми доступными нам способами поддерживать семьи участников СВО. Благодарю всех за доверие и участие в этом важном деле! — поделилась мнением Галина Головченко.

Подготовила Марина ЛЬВОВА

Линии преткновения

Незаконное размещение волоконно-оптических линий связи (ВОЛС) на опорах линий электропередачи, к которому сегодня прибегают некоторые недобросовестные интернет-провайдеры, создает серьезную угрозу для надежной работы электросетевого комплекса Кубани и безопасности окружающих.

Интернет-кабель, самовольно размещенный на ЛЭП, вызывает дополнительную нагрузку на опоры и приводит к их деформации, затрудняет ремонтные работы энергетиков, становится причиной нештатных ситуаций и снижения качества электроснабжения. Незаконный подвес уже стал причиной несчастного случая — смертельного поражения электрическим током сотрудника компании-провайдера.

Для интернет-провайдера монтаж ВОЛС на опорах линий электропередачи — самый быстрый и наименее затратный способ прокладки оптических линий связи. При наличии технической возможности, которая определяется расчетом веса кабеля и его нагрузки на опоры, провайдер может на законных основаниях заключить договор об аренде опор с владельцами ЛЭП — электросетевыми компаниями. Однако есть и такие, кто самовольно устанавливает свое оборудование на энергообъекты без согласования с энергетиками, что чревато негативными последствиями для потребителей электроэнергии.

Для борьбы с несанкционированным вмешательством в работу энергосистемы специалисты компании «Россети Кубань» регулярно проводят осмотр энергообъектов. Несмотря на неоднократные обращения и напоминания со стороны электросетевой компании, на Кубани продолжают выявлять факты незаконного подвеса линий связи.

Наибольшее количество незаконного подвеса зафиксировано в юго-западном, краснодарском и сочинском энергорайонах края. Так, специалисты Сочинского филиала компании «Россети Кубань» за последние два года выявили незаконные размещения волоконно-оптической линии связи интернет-провайдера в Туапсинском районе на более чем 3,8 тысячи опор. В настоящее время в отношении провайдера продолжается претензионно-исковая работа.

В пригороде Анапы в текущем году выявлено 26,5 тысячи случаев незаконного размещения волоконно-оптических линий связи на воздушных линиях. В адрес собственника направляются уведомления о добровольном демонтаже.

Законным путем

Прежде чем демонтировать незаконное оборудование, энергетики устанавливают собственников ВОЛС. В их адрес направляются обращения о самостоятельном демонтаже волоконно-оптического кабеля. В противном случае незаконную ВОЛС снимают специалисты электросетевой компании, а в адрес операторов связи выставляют иск о компенсации затрат.

Для организации законного подвеса надо пройти процедуру согласования и заключить договор. Для этого необходимо обследовать опоры ЛЭП, получить технические условия и проектную документацию. Затем разрабатывается проект производства работ по монтажу ВОЛС и оформляется допуск на объекты электросетевого хозяйства, заключается договор с электросетевой компанией на размещение ВОЛС.

Опасные ВОЛС

При самовольном монтаже ВОЛС операторы связи не соблюдают элементарные требования охраны труда, не учитывают техническое состояние опор ЛЭП и дополнительные нагрузки на конструкцию, что может стать причиной несчастных случаев. Воздушные линии электропередачи находятся под высоким напряжением, и лица, осуществляющие несанкционированные подвесы, подвергают неоправданному риску свою жизнь и жизни окружающих.

Самовольное подключение линий связи уже привело к трагедии в Северском районе Краснодарского края. В апреле 2024 года сотрудник одной из компаний-провайдеров производил монтаж на опоре линии электропередачи без согласования с собственником энергообъекта. Мужчина приблизился на недопустимое расстояние к токоведущим частям высоковольтной линии и был смертельно поражен электрическим током.

Самовольное и бесконтрольное размещение ВОЛС не допускается на законодательном уровне. Нормы прописаны в Постановлении Правительства Российской Федерации от 24 февраля 2009 года №160 «О порядке установления охранных зон объектов электросетевого хозяйства и особых условий использования земельных участков, расположенных в границах таких зон». В соответствии с действующим законодательством в охранных зонах ЛЭП запрещается осуществлять любые действия, которые могут нарушить безопасную работу объектов электросетевого хозяйства, в том числе привести к их повреждению, повлечь причинение вреда жизни, здоровью граждан, а также причинить вред имуществу физических или юридических лиц.

Энергетики при содействии правоохранительных органов продолжают работу по пресечению фактов незаконных действий провайдеров. О случаях самовольного размещения линий связи на опорах линий электропередачи просьба сообщать **по единому номеру горячей линии 8 (800) 220-0-220.**

Всего с начала 2024 года в зоне ответственности компании «Россети Кубань» (обслуживает значительную территорию Краснодарского края, Республики Адыгеи, федеральную территорию Сириус) выявлен бездоговорной подвес ВОЛС на более чем восьмидесяти тысячах опорах ЛЭП. Почти 63,5 тысячи подвесов узаконено в досудебном или судебном порядке. Более 13,5 тысячи незаконных подвесов демонтировано.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Понять и помочь

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев провел прием граждан, в ходе которого был рассмотрен ряд важных социальных вопросов.

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев провел прием граждан, в ходе которого был рассмотрен ряд важных социальных вопросов

Житель Анапы попросил помочь со строительством многофункциональной спортивно-игровой площадки в поселке Суворове-Черкесском.

Реакция Вениамина Кондратьева была такой:

— И в городах, и в малых поселках многофункциональные площадки востребованы. На уличных тренажерах с удовольствием занимаются взрослые, дети, приходят семьями. А при таком теплом климате, как в Анапе, спортплощадок должно быть как можно больше. Они актуальны и зимой. Краснодарский край — это круглогодичный курорт, и спортивная инфраструктура должна быть доступна жителям и гостям постоянно.

Как было сказано, участок под спортивную площадку уже подобран, расположен он рядом с Домом культуры и офисом врача общей практики. Предположительно, в мае 2025 года состоится сдача объекта.

Жительница поселка Мостовского обратилась с просьбой оказать содействие в строительстве бассейна. В поселке проживает более двадцати пяти тысяч человек, и, по словам женщины, многие хотели бы заниматься водными видами спорта.

Вениамин Кондратьев уточнил, что бассейн — дорогостоящий объект, но тем не менее дети должны заниматься спортом. К тому же многим этот вид активности необходим, чтобы скорректировать свое здоровье.

— Бассейн будем строить даже в такое непростое время. Необходимо начинать проектирование, осенью 2025 года приступим к работам,— сказал Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев и поручил проконтролировать этот вопрос руководителю Департамента строительства Игорю Федосову.

По его словам, в регионе одновременно строят пятьдесят пять спортивных объектов: центры единоборств, спортзалы и многофункциональные игровые площадки. За последние пять лет возвели семь спортивных объектов с бассейнами. Крупнейший — Дворец водных видов спорта — открыли в 2022 году в Краснодаре. Всего в регионе работает сто двенадцать бассейнов.

Еще одна из просьб на приеме граждан просьб заключалась в решении вопроса обустройства тротуара в хуторе Красном Крымского района — вдоль подъездной дороги к средней школе №23 по улице Адагумской.

Как подчеркнул Вениамин Кондратьев, недопустимо, чтобы дети шли в школу по дороге:

— Это даже не обсуждается. Необходимо обустроить тротуар и сделать это в кратчайшие сроки: до наступления холодов завершить первый этап в полтора километра — до школы, а в следующем году — оставшуюся часть, проходящую через весь хутор.

На приеме граждан шла речь и о газификации хутора. Газифицировать хутор планируют в 2026 году. Вениамин Кондратьев поручил врио министра ТЭК и ЖКХ края Вячеславу Шапошнику взять этот вопрос на контроль, чтобы его решить.

И в хуторе Черкасском муниципального образования Каневской район ждут газ. Район газифицирован почти на 92 процента. В настоящее время голубого топлива нет в девяти населенных пунктах, в том числе в хуторе Черкасском. Провести газопровод высокого давления планируют примерно через два года с небольшим.

По словам Вениамина Кондратьева, необходимо создать условия для комфортной жизни. Жители небольших поселков и хуторов наравне с горожанами хотят как можно быстрее получать газ, и региональная власть должна поддержать их.

— Необходимо уже сейчас приступить к проектированию, пройти экспертизу, чтобы начать строительство в следующем году,— отметил Вениамин Кондратьев.

По его словам, в Краснодарском крае уровень газификации превышает 88 процентов. На развитие газовой инфраструктуры из краевого бюджета направили 1,2 миллиарда рублей. Это позволило завершить тридцать четыре газопровода высокого и среднего давления протяженностью более 228 километров.

Подготовила Марина ГЛЕБОВА, фотография предоставлена пресс-службой администрации Краснодарского края

КРАСНОДАР — НАШ ОБЩИЙ ДОМ

Давайте дружить городами

В Краснодаре обновят аллею городов-побратимов в парке 30-летия Победы.

Девять лет назад в кубанской столице появилась аллея городов-побратимов. Ее заложили вдоль набережной в парке 30-летия Победы. Установили мраморные таблички с названиями братских городов, вместе с иностранными друзьями высадили молодые деревца. Они прижились, превратились в сильные и красивые зеленые деревья.

Но время не стоит на месте, и сегодня памятную аллею необходимо освежить и осовременить, считают в администрации города. Краснодарские власти постоянно работают над тем, чтобы список городов-побратимов и партнеров краевой столицы расширялся. Так и происходит. Сегодня у Краснодара уже восемь побратимов: болгарский Бургас, итальянская Феррара, американский Таллахасси, немецкий Карлсруэ, китайский Харбин, абхазский Сухум, австрийский Вельс и французский Нанси. Но на существующей аллее представлено только четыре из них.

«Деревья, высаженные руками наших иностранных друзей, обязательно останутся. А вот мраморные таблички уберем. Вместо них предложено установить инсталляцию, на которую можно будет прикреплять символику братских городов. Конструкция займет около десяти метров в длину и до двух метров в высоту»,— отметил глава Краснодара Евгений Наумов в своем телеграм-канале.

По мнению мэра, идея с инсталляцией хорошая, но необходимо поработать над деталями. Сегодня нужно всё как следует продумать, чтобы лет через десять не пришлось вновь менять облик аллеи. Побратимские связи Краснодара постоянно развиваются, растут, как деревца, высаженные в честь братских городов.

Побратимов становится больше

На сегодняшний день у Краснодара восемь городов-побратимов, четыре города проектного партнерства и два города зарождающегося партнерства: Анцирабе и Восточное Сараево. В Восточном Сараеве сейчас и находится краснодарская делегация. А неделей ранее, в первых числах сентября, краснодарцы приняли участие в Гродненском международном экономическом форуме. Делегация Краснодара прибыла в город-партнер Гродно для участия в торжествах по случаю Дня города. В ее состав вошли заместитель главы Краснодара Максим Онищенко и заместитель начальника отдела зарубежных связей и межмуниципального сотрудничества Олеся Чалая. Гродно — центр Гродненской области и один из старейших городов Беларуси. Сегодня это современный город, крупный административный, промышленный, научный и культурный центр республики. У двух братских городов хорошие перспективы для развития сотрудничества как в деловой, так и в культурной сфере, считают в администрации Краснодара.

По мнению Евгения Наумова, будут крепнуть дружеские связи Краснодара и Восточного Сараева. Как сообщил мэр кубанской столицы в своем телеграм-канале, в ближайшие дни он вместе с председателем городской Думы Краснодара

Верой Галушко и своим заместителем Надеждой Панаетовой работает в этом гостеприимном городе. В программе визита несколько деловых встреч. Но не они делают эту поездку непохожей на стандартные переговоры.

— Первоочередная цель визита — поздравить партнеров с Днем города, ближе познакомиться с их историей и культурой. Мы поддерживаем дружеские отношения с Восточным Сараевом, потому что видим, как схожи наши ценности,— рассказал Евгений Наумов.

Первый день нашей делегации в Восточном Сараеве начался с посещения мемориального комплекса «Новый Зейтинлик». Вместе с мэром города Любишей Чосичем краснодарцы отдали дань памяти героям, погибшим за независимость Республики Сербской, в том числе русскому солдату-доброволь-

цу. Возложили цветы и помолились за их упокоение. А после церемонии возложения цветов краснодарцы отправились на официальный прием с мэрами Восточного Сараева и Пале.

— И конечно, вход на встречу возможен только через хлеб с солью. А выход — с сувенирами,— поделился впечатлениями краснодарский мэр.

Евгений Наумов также отметил, что Любиша Чосич еще раз подтвердил намерения своего города сотрудничать с Краснодаром. Краснодар и Восточное Сараево настроены на долгосрочную дружбу и партнерство.

— Одно из направлений развития наших отношений — торговля. В июле во время визита коллег заинтересовало наше производство оборудования по утилизации отходов. Город по-прежнему готов импортировать технику с перспективой закупать ее для всей Республики Сербской. Надеемся на долгосрочное сотрудничество,— сообщил Евгений Наумов.

Также краснодарская делегация познакомилась с главой муниципалитета Пале Бошко Юговичем, который рассказал о городе, его достопримечательностях и потенциале. Конечно, глава Краснодара пригласил коллег посетить наш город. Планируется, что визит делегации Пале в Краснодар состоится в ноябре.

«Подготовим обширную деловую программу, обязательно с посещением крупнейшей в России сельскохозяйственной выставки „ЮГАГРО”»,— написал мэр Евгений Наумов в своем телеграм-канале.

Тепло души объединяет города

Хорошие шансы укрепить дружеские связи есть у кубанской столицы и иранского города Кешм. В середине августа во время визита иранской делегации в Краснодар города подписали меморандум о намерениях установить сотрудничество. Подписи в документе поставили глава кубанской столицы Евгений Наумов и мэр Кешма Мирдад Мирдади.

Как отметил краснодарский мэр, тепло — один из факторов, объединяющих наши города. И речь не только о сходстве климатических условий. Общими для двух городов становятся открытость людей и готовность развиваться вместе. Глава Краснодара добавил, что меморандум — это гарантия честного и доброжелательного сотрудничества на благо наших стран и городов.

Кешм — это свободная экономическая зона. При этом он остается перспективным центром притяжения туристов, в чем также проявляется схожесть двух дружественных городов. Программа пребывания иранской делегации в кубанской столице была плотной и насыщенной событиями. В рамках деловой программы гостей ожидали переговоры с руководством администрации Краснодарского края и Торгово-промышленной палаты, посещение ведущих промышленных предприятий города, а также рабочие встречи с руководством Краснодарской бальнеолечебницы и Кубанского государственного университета. Представители города Кешм посетили первый в Южном федеральном округе флагманский Многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг, расположенный на втором этаже торгового центра «СБС Мегамолл».

Иранцев интересовали применяющиеся у нас современные технологии, позволяющие упростить взаимодействие власти с населением. Изучили они и принципы работы российских МФЦ, а также обменялись с коллегами опытом в сфере эффективного предоставления госуслуг в режиме одного окна.

— Весной в онлайн-режиме мы уже обсуждали потенциал наших связей. Это и контакты между высшими учебными заведениями, и постоянный обмен студентами, и деловое и культурное партнерство, и взаимодействие в строительной и туристической сферах. Сейчас документально выразили свою готовность к совместной работе,— подчеркнул глава кубанской столицы.

Развиваем народную дипломатию

Несмотря на кризис, который сейчас испытывают международные отношения, столица Кубани продолжает развивать гуманитарные связи, реализуя множество различных творческих проектов совместно с представителями городов-побратимов.

Развитие туристического потенциала — одна из тем, которую обсуждают краснодарцы и представители Харбина. С этим китайским городом — политическим, экономическим и культурным центром Северо-Восточного Китая — кубанскую столицу связывают годы дружбы и сотрудничества в самых разных сферах. Официально дипломатические отношения между двумя городами начались в 2008 году. Вместе Краснодар и Харбин прошли большой путь: от официального партнерства к доброй дружбе, реализовали совместные проекты в культуре, образовании и науке. А главным результатом совместной работы мэр Евгений Наумов считает то, что в этих совместных проектах активно принимают участие и краснодарцы, и харбинцы разных возрастов.

«Можно с уверенностью сказать, что мы развиваем народную дипломатию»,— отметил Евгений Наумов в своем телеграм-канале после визита краснодарской делегации в город-побратим в мае прошлого года.

Нам есть чему поучиться и у китайских коллег не только в деловой сфере, считает глава Краснодара. Харбин тоже город-миллионер. Побратим кубанской столицы — это исторический, культурный и туристический город, в котором динамично развивается туристическая отрасль, причем много внимания уделяется развитию событийного и познавательного туризма. За короткий срок в Харбине, например, появился оперный театр и крытый горнолыжный комплекс с парком развлечений Harbin Wanda City, а также новый аквапарк «Королевство Посейдона».

Харбин — центр зимнего туризма страны, а самым узнаваемым туристическим брендом города является ежегодный зимний фестиваль ледяных и снежных скульптур — место встречи творческих людей со всего мира. А сейчас в городе-побратиме готовятся принять IX зимние Азиатские игры 2025 года. В последних числах июля в Харбине начался двухсотдневный обратный отсчет до начала этого грандиозного спортивного события. Готовность принять Игры харбинцы продемонстрировали красочными массовыми театрализованными представлениями.

Рина КАРЕТИНА

БУДЕМ ЗДОРОВЫ!

Как лечат болезнь Паркинсона с помощью стимуляции мозга

Ее обнаружили лет двести назад, но до сих пор она остается загадкой для врачей и ученых. Болезнь Паркинсона. Сегодня в мире ею страдает более шести миллионов человек. Ожидается, что к 2030 году их число вырастет практически в два раза. В России такой диагноз поставлен порядка тремстам тысячам пациентов. При этом болезнь стремительно молодеет. Еще недавно ее диагностировали лишь у людей старше шестидесяти, а сегодня страшные слова в кабинете у невролога всё чаще слышат и молодые — уже с двадцати пяти — тридцати лет. Вылечить болезнь Паркинсона нельзя, а вот значительно улучшить качество жизни на много лет реально. И здесь на помощь медицине приходит фундаментальная наука.

С заведующим лабораторией клеточной нейрофизиологии человека Федерального исследовательского центра химической физики (ФИЦХФ) Российской академии наук, грантополучателем программы «Мозг» научного центра «Идея» Алексеем Седовым мы познакомились на фестивале актуального научного кино «ФАНК», который прошел в горах Сочи, на курорте «Роза Хутор», при партнерстве научного центра «Идея». Ученый стал одним из героев фильма «Сигнал/шум», в котором рассказывается о методе нейрохирургического лечения болезни Паркинсона при помощи воздействия импульсного электротока на определенные структуры головного мозга. Как «программируют» мозг, зачем ученым сниматься в кино и чего не хватает отечественной науке, узнавала наш корреспондент.

Сигнал принят

— Алексей, вы ученый, человек серьезный. Почему вдруг кино?

— В фильме показывается история конкретного пациента с болезнью Паркинсона. Ему перестало помогать консервативное лечение, и в Институте нейрохирургии имени Бурденко была проведена операция по вживлению электродов для глубинной стимуляции мозга. Такой метод значительно улучшает качество жизни людей с подобным диагнозом. В начале фильма герой фактически не мог ходить, а в финале смог станцевать на свадьбе у дочери. К сожалению, в нашей стране мало кто знает о существовании таких эффективных технологий. Фестиваль актуального научного кино дает возможность показать достижения науки широкому зрителю.

Тремор рук или ног. Неустойчивая походка. Сложность сделать первый шаг. Заторможенность движений. Это лишь самые яркие проявления болезни Паркинсона. Причина — в мозге, а точнее в его «черной субстанции»: там, где вырабатывается «гормон счастья» — дофамин, начинают отмирать нейроны. При этом, когда у человека появились видимые признаки болезни Паркинсона, практически восемьдесят процентов нейронов «черной субстанции» уже погибло. Первый этап лечения — лекарственная терапия. Многим она значительно помогает замедлить все происходящие процессы. Но лекарства имеют свои недостатки: действуют не на конкретный участок, а на мозг целиком, вызывают побочные действия. Одно из решений — метод глубинной стимуляции мозга.

— Структура мозга, которая является хирургической мишенью у пациентов с болезнью Паркинсона, называется субталамическим ядром. Теперь представьте цепочку внутримозговых структур, участвующих в контроле движений. И в ней вдруг что-то ломается. Задача метода глубинной стимуляции мозга состоит в том, чтобы разрушить эту патологическую цепочку у больных людей за счет того, что стимулируется одно из ее звеньев. Само субталамическое ядро очень маленькое, размером с фасолинку. В нем есть и моторные зоны, и лимбические, и ассоциативные. Поэтому прежде всего необходимо найти ту часть, которая отвечает за конкретный симптом, например, за тремор верхних конечностей. Стимуляция такого участка дает хороший клинический эффект,— объясняет заведующий лабораторией клеточной нейрофизиологии человека ФИЦХФ РАН Алексей Седов.

Как это выглядит в реальности? Необходима операция. Пациенту делается два трепанационных отверстия. Через них в мозг погружается микроэлектрод, проще говоря очень тонкая проволочка, которая регистрирует активность отдельных нейронов. По активности нейронов можно определить границы субталамического ядра и в идеале обнаружить область с патологическими сигналами.

— Так как мозг, кроме оболочек, не чувствителен к боли, то операция проходит под местной анестезией, пациент во время исследования находится в сознании. После того как определена зона стимуляции, дается небольшой импульс тока. Пациента при этом просят сделать определенные движения, например, соединить большой и указательный палец, показать, как он будет вкручивать лампочку. Если врачи наблюдают положительный эффект, в эту область пациенту вживляется уже постоянный мягкий электрод для последующей стимуляции,— рассказывает Алексей Седов.

Второй этап — имплантация генератора. Под ключицу пациенту вживляют специальное устройство, мягкими проводами под кожей его соединяют с электродом. Делается всё аккуратно, внешне понять, что у человека в голове или теле есть какие-то устройства, невозможно. С помощью специального планшета невролог составляет программу стимуляции, по беспроводной связи она передается на генератор. Работают электроды непрерывно, в обычной системе меняется лишь генератор — его батарейки рассчитаны на десять лет службы.

— Конечно, вылечить болезнь Паркинсона нельзя, но метод глубинной стимуляции мозга значительно улучшает качество жизни: исчезает тремор, проходит ригидность, решаются проблемы с моторикой и походкой. В течение первого года пациенты находятся под плановым наблюдением врача, который может скорректировать программу стимуляции в зависимости от самочувствия больного. Побочных эффектов у метода глубинной стимуляции мозга практически нет,— поясняет Алексей Седов.

Врачам помогает наука

Метод глубинной стимуляции мозга подходит не только для терапии болезни Паркинсона. Его применяют и при таком заболевании, как дистония, и при определенных формах эпилепсии, и при ДЦП — в таком случае операции проводятся даже детям. Эффективность воздействия импульсного электротока на определенные структуры головного мозга доказана во всём мире годами практики. Сам метод зародился еще в восьмидесятых годах прошлого века. В Россию он пришел в начале двухтысячных годов.

— Если метод не нов, то над чем сегодня работают ученые?

— Наука занимается фундаментальным изучением мозга. Наша основная задача как ученых — понять, в чем механизм болезни Паркинсона с точки зрения активности нейронов мозга. Мы накапливаем большое количество нейронных записей, это помогает определить, что происходит с мозгом при двигательных расстройствах. Прикладная задача — предсказывать клинический эффект конкретному пациенту по активности его мозга и давать рекомендации хирургу и неврологу, какую область стимулировать. Кроме того, сегодня глубинная стимуляция мозга проводится круглосуточно. Наука идет в сторону того, чтобы сделать ее адаптивной, стимулировать участки мозга лишь в тот момент, когда в них регистрируется патологическая активность,— рассказывает заведующий лабораторией клеточной нейрофизиологии человека ФИЦХФ РАН Алексей Седов.

Результаты научной деятельности у российских ученых есть. Например, ими были выявлены определенные ритмы, или паттерны, активности мозга, при которых у пациентов будет наиболее хороший клинический эффект.

Здоровье без проблем

При всех достижениях хватает и сложностей. Если в области теоретической науки по изучению болезни Паркинсона Россия сохраняет свои позиции на международном уровне, то с точки зрения технологии пока отстает. Все необходимые устройства закупаются за рубежом, операции проходят для пациентов по квотам в рамках оказания высокотехнологичной медицинской помощи. Например, в Институте нейрохирургии имени Бурденко их проходит всего порядка шестидесяти в год.

— Попытки произвести собственное устройство для глубинной стимуляции мозга в России были еще лет двадцать назад, однако не увенчались успехом. Проще говоря, у нас просто не получилось создать тонкую проволоку, которая бы проводила сигнал и не рвалась. Такие разработки являются очень дорогостоящими. Сейчас оборудование производят несколько международных компаний, они поставляют его по всему миру. Создать собственное устройство лишь при помощи частных инвестиций невозможно, нужна поддержка государства,— делится мнением Алексей Седов.

Алексею сорок пять лет. В науку пришел, наверное, в самый сложный период: в конце девяностых годов прошлого века. О том, что такое, когда нет денег, чтобы купить расходные материалы или реактивы для лаборатории, знает прекрасно. Конечно, сегодня средств на научные исследования выделяется значительно больше, но...

— Главные люди, которые двигают науку,— вчерашние студенты и аспиранты. С одной стороны, в стране делается много, чтобы молодые люди занимались научной деятельностью. С другой — часто эти механизмы не всегда работают. Например, чтобы получить грант, молодой аспирант должен представить пять публикаций в серьезных журналах международного уровня. Где их взять, если ты только пришел в науку? В итоге все четыре года аспирантуры человек должен жить на стипендию восемь — десять тысяч рублей в месяц,— говорит ученый.

Пример того, как можно решить этот вопрос, есть. Уже несколько лет для ученых, работающих в области нейронаук, действуют гранты научного центра «Идея». На них претендуют не сами аспиранты, а ведущие ученые, у которых уже есть научные достижения. Они и выигрывают конкурс, после чего могут на этот грант пригласить себе подходящего аспиранта для работы над исследованием, заявленным на конкурс.

— Грант может обеспечивать финансовую поддержку аспиранта в течение четырех лет. Его размер раз в десять больше, чем стипендия. Это позволяет заниматься научной деятельностью, не отвлекаясь ни на что другое. Благодаря этому я, например, смог провести собеседование и отобрать в свою лабораторию толкового претендента — не как обычно, лишь бы кто пришел и согласился работать за небольшие деньги. Такой механизм позволяет не только поддерживать аспиранта, но и создавать конкурентную среду, выявлять лучших. Сегодня гранты научного центра «Идея» выдаются лишь в области нейронаук, но подобный механизм полезно распространить на государственном уровне,— отмечает заведующий лабораторией клеточной нейрофизиологии человека ФИЦХФ РАН Алексей Седов.

В общем, в науке, как и в самой болезни Паркинсона, вопросов пока больше, чем ответов. Но их решение дает надежду миллионам. Только в России от страшного диагноза сегодня страдает порядка трехсот тысяч человек.

Ирина СИЗОВА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

БУДЕМ ЗДОРОВЫ!

Протеиновые батончики: правда и мифы

ПЯТЬ МИФОВ О ЛЮБИМОМ ПРОДУКТЕ ТЕХ, КТО ХУДЕЕТ, ЗАНИМАЕТСЯ СПОРТОМ ИЛИ ПРОСТО ИДЕТ В ПОХОД

Протеиновые батончики стали яблоком раздора, разделив мировое сообщество на тех, кто говорит об их безусловной пользе, и тех, кто, говоря об их химической составляющей, выступает против их употребления. Диетолог Дарья Гавриленко помогла «Московскому комсомольцу на Кубани» взвесить все за и против и развеять самые устоявшие мифы об этом высокобелковом продукте.

Для начала давайте разберемся в терминологии. Что такое протеин? Это группа белков (от греческого «протос» — первичный или важнейший), необходимых для нормальной жизнедеятельности организма.

Миф №1. Протеиновые батончики вредны для здоровья и напичканы химическими стероидами

Конечно, это миф. Богаты протеинами морская рыба и морепродукты, куриные яйца, причем в вареных желтках содержание протеина выше, чем в сырых, бобовые, сыры преимущественно твердых сортов, мясо, особенно крольчатина, орехи, молочные продукты. Разве эти продукты питания можно назвать вредными? Конечно, нет.

Поэтому основу протеиновых батончиков чаще всего составляют орехи, способные быстро утолить чувство голода и восполнить белок после физических и умственных нагрузок.

Мало того, стероиды тоже имеют животную или реже растительную основу. К природным анаболическим стероидам, то есть тому, что помогает нарастить мышечную массу и способствовать фиксации кальция в костях, относятся те же яйца и творог — продукты с высокой биологической активностью.

При этом, в отличие от знаменитых обычных ореховых конфет с нугой или другим высокосахарным компонентом, спортивные протеиновые батончики проходят очень строгий контроль баланса ингредиентов. Как правило, в них добавляют опять-таки натуральные витаминно-минеральные добавки (чаще всего — витамины B, C, E) для восстановления после тренировок, а также жиросжигатель L-карнитин.

Но всё хорошо в норме.

Ложка дегтя: здоровому человеку L-карнитин дополнительно принимать не нужно. При чрезмерных нагрузках и для похудения дозировка назначается врачом. Прием препарата без назначения, регулярно и в больших дозах для здоровья вреден, так как приводит к негативным последствиям для ЖКТ (желудочные спазмы, рвота, диарея и специфический «рыбный» запах тела).

МИФ №2. Протеиновые батончики с мюсли не подходят для перекуса

На самом деле подходят. Так как мюсли содержат клетчатку, необходимую для улучшения пищеварения. Конечно, заменить полноценный обед они не могут, но в качестве вынужденного перекуса являются отличной альтернативой для утоления голода, повышения работоспособности и улучшения пищеварения за счет пищевых волокон клетчатки, что к тому же запускает обменные процессы и устраняет проблему запоров, особенно в сочетании с кисломолочными продуктами.

А знаете, кому мир обязан появлением мюсли? Швейцарским горцам и ученому Максимилиану Бирхер-Беннеру, который искал рецепт долголетия горских народов и выяснил, что в их рацион регулярно входит смесь из перемолотых зерен пшеницы, ягод, меда и молока.

Содержание в батончиках овсяных хлопьев, богатых витамином B1 и полисахаридами, благотворно влияет на работу сердечно-сосудистой системы и снижают уровень холестерина крови. Что интересно, даже калорийные по своей природе орехи являются ценным источником жирных кислот, участвуют в процессах метаболизма и снижают риск развития сахарного диабета. Но безусловно, тоже в умеренных количествах и при отсутствии аллергической реакции.

МИФ №3. Все батончики одинаковы

Нет, не все. Поэтому в зависимости от степени нагрузок и конечного результата важно учитывать уровень простых и сложных углеводов в их составе, количество белка и комплекса витаминов, а также общей калорийности изделия.

Так, батончик с именем воинственной планеты, который можно купить в обычном магазине, имеет очень высокую калорийность: около пятисот на сто граммов, это сплошные углеводы и сахар. В то время как один из самых высококалорийных спортивных батончиков для интенсивных тренировок

содержит до 380 ккал, а в основе его лежат сложные углеводы, белки и витамины.

Спортивные батончики содержат, как правило, не более двадцати граммов углеводов. А фитнес-батончики для похудения во много раз меньше: всего три грамма, зато в них много клетчатки и белка.

При этом «подсаживаться» даже на самые сбалансированные протеиновые батончики, заменяя ими основное питание, нельзя. Их употребление должно рассматриваться лишь в качестве альтернативы обычным магазинным сладостям, перекусу фастфудом или сдобой. Заменить здоровый рацион никакие протеиновые батончики не смогут, как и обогатить организм всеми необходимыми нутриентами.

Вообще, батончики разделяют:

- на протеиновые — для набора мышечной массы и снижения жира;
- низкоуглеводные — для похудения и «сушки» массы тела;
- углеводно-белковые — для поддержания веса и мышечной массы;
- энергетические — для заряда энергией перед активными физическими нагрузками или после них.

Как правило, количество белка в батончике соотносимо с порцией творога или куриной грудки.

Миф №4. Не существует батончиков для похудения

А вот и существуют. И знаете, что в батончиках для похудения самое главное? Сывороточный протеин, который в течение четырех часов обеспечивает сытость за счет снижения уровня грелина — гормона, который и отвечает в наших организмах за чувство голода. Проще говоря, сывороточный протеин снижает аппетит, блокируя чувство голода, что заставляет нас меньше есть, а значит, и худеть.

Исследования последних лет доказали, что сывороточный протеин

участвует в сжигании жира, сохраняя мышечную массу, к тому же способен снижать уровень стресса и депрессивных состояний, что многие как раз и заедают.

Главное правило при похудении: количество потраченных за день калорий должно быть больше, чем вы получили из рациона, включая батончики.

Для сбрасывания веса батончики едят только до тренировок, а для набора их можно употреблять и до, и во время, и после занятий. Причем батончики для роста мышц должны содержать и белки, и углеводы для энергии, необходимой для занятий спортом, иметь соотношение углеводов и белков один к одному (для наращивания массы) или один к двум (для увеличения сухой массы тела).

Миф №5. Протеиновые батончики можно есть всем в рамках суточного уровня калорий

Невзирая на уже оговоренную пользу протеиновых батончиков, чрезмерное их употребление способно нанести здоровью несопоставимый с пользой вред.

Мы же в большей своей массе как устроены? Полезно — значит, никаких ограничений. И это главная ошибка. Полезен и витамин C, но мы же не едим ежедневно лимоны и апельсины килограммами. Тот же принцип действует и относительно протеиновых батончиков.

Высокобелковая диета может быть временной, например в период набора мышечной массы.

При всей пользе протеиновых батончиков не стоит употреблять их больше двух-трех штук в день. Чрезмерность белка в рационе может спровоцировать аллергию, а при проблемах со здоровьем привести к заболеваниям печени и почек.

Плюсы протеиновых батончиков:

- протеиновые батончики дают быстрое насыщение и восполняют энергию и силы после эмоциональных и физических нагрузок;
- обогащают организм белком без излишних калорий;
- уменьшают тягу к сладкому;
- помогают нарастить мышечную массу;
- улучшают работу ЖКТ;
- восстанавливают уровень витаминов и минералов в крови;
- удобны в качестве быстрого перекуса и гигиеничны из-за индивидуальной упаковки, что незаменимо в путешествиях.

Минусы протеиновых батончиков при их избыточном потреблении:

- могут привести к белковой непереносимости;
- приводят к повышенной нагрузке на почки;
- возможны заболевания печени;
- могут наблюдаться расстройства желудочно-кишечного тракта и, как следствие, диарея, тошнота, рвота и боли в животе;
- могут приводить к набору лишних килограммов.

В высокобелковых батончиках количество протеина может достигать семидесяти процентов, при этом страдают вкусовые качества изделия. Идеальный баланс белка в продукции — от тридцати до сорока пяти процентов содержания белка.

При этом количество как суточных калорий, так и калорий на разовый прием пищи рассчитывается в любом случае индивидуально. Это будет зависеть не только от задач и уровня нагрузки, но и от пола, так как рацион мужчин и женщин различается.

Внимательно читаем состав.

Креатин моногидрат способствует наращиванию мышц, повышению сил, снижает мышечную усталость и нейтрализует в ходе и после тренировок синтез кислот.

L-карнитин притупит голод и будет способствовать сжиганию жировых запасов.

L-глютамин подхлестнет выработку природного гликогена, что позволит сохранить энергию длительное время во время интенсивных физических нагрузок.

Светлана ЗАВАДСКАЯ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КУРОРТЫ

В Сочи растет спрос на отдых в бархатный сезон

Необычное исследование провели эксперты Российского союза туриндустрии. Они посчитали отдыхающих на пляжах Кубани. И неожиданно выяснилось: на некоторых курортах Краснодарского края пляжные территории сильно перегружены. Сложнее всего ситуация в Анапе. При существующей норме в пять квадратных метров на одного человека здесь на «квадрат у моря» претендует сразу десять желающих. В Новороссийске такой показатель составляет девять человек, в Геленджике — три-четыре. А вот в Сочи ситуация с пляжами стабильна. Притом что с начала года курорт принял более пяти миллионов гостей, найти свободные лежаки легко: на один квадратный метр пляжной площади приходится всего 2,7 отдыхающего. Национальный туроператор «Алеан» сообщает, что спрос на отдых в бархатный сезон в Сочи вырос по сравнению с прошлым годом на пятнадцать процентов. Есть ли место под осенним солнцем на главном курорте страны, узнавала наш корреспондент.

Из песни слов не выкинешь

«Сочи, ласковое море, Сочи!» Эти слова из песни лучше всего описывают осенний отдых. Действительно, что может быть приятнее, чем приехать на курорт в то время, когда нет изнуряющей жары, а море еще обнимает тебя теплыми волнами?

— Если на других курортах Краснодарского края есть сезонные объекты, то Сочи уже давно стал круглогодичным. Спрос на бархатный сезон всегда был хорошим. Загрузку на сентябрь в этом году можно ожидать на уровне девяноста процентов. Уже есть объекты, которые полностью забронированы. Например, в таком крупном комплексе, как «Бархатные сезоны», мест уже нет. Самая сложная ситуация складывается с санаториями. Такой отдых востребован. Здравницы предоставляют трехразовое питание, лечение, у большинства есть свой пляж — всё это позволяет расслабиться. Но санаториев в Сочи очень мало. Из 2300 мест размещения их всего работает пятьдесят шесть — 2,4 процента. Растет спрос на объекты не только в приморском кластере, но и в горном, где сосредоточено много апартаментов. Притом что загрузка достаточно высокая, места можно найти на объектах любой категории,— рассказала генеральный директор туроператора «Ривьера-Сочи» Бэлла Тарасова.

Конечно, на осенний отдых туристов манит не только ласковое море. Одна из причин повышенного спроса — возможность сэкономить. По данным национального туроператора «Алеан», стоимость отдыха в бархатный сезон на курортах Краснодарского края на пятнадцать — тридцать процентов ниже, чем в летний период. Например, если в августе ночь на одного человека в отеле или санатории уровня четырех звезд обойдется в среднем в шесть с половиной тысяч рублей в сутки, а в «пятерке» — в восемнадцать тысяч рублей, то с началом осени этот показатель ниже: от четырех с половиной тысяч и одиннадцати — двенадцати тысяч рублей соответственно.

— Повышенный спрос сейчас наблюдается на отдых в Сочи до пятнадцатого сентября. В этом году цены на размещение выросли процентов на пятнадцать — двадцать. На такую величину они увеличиваются уже

года три подряд. Получается, за последние годы отдых в Сочи подорожал наполовину или даже больше. Всё это результат ограниченной транспортной доступности курортов Краснодарского края: цены на перевозки очень высоки. Отельеры хорошо научились реагировать на высокий спрос. Но сегодня цены уже находятся на том уровне, когда он может стать отрицательным. В этом году в феврале мы впервые наблюдали такое явление, как мертвый сезон. В начале сезона, в июне — июле, были массовые аннулирования броней, чего не бывало довольно давно. Люди забронировали отели заранее, а ближе к поездке поняли, что просто финансово не потянут. Особенно это ярко было видно в сегменте трехзвездочных объектов: аннулирований было процентов пятнадцать,— поделился информацией заместитель генерального директора туроператора «Росюгкурорт» Валерий Сычев.

Возможность сэкономить на отдыхе в Сочи есть благодаря программе «Открытый юг», которая позволяет отдыхать на курорте в межсезонье со значительными скидками. Первым, с двадцатого августа, в этом году программу открыл пансионат «Шексна». Ночь на человека в сутки с трехразовым питанием, лечением и проживанием обойдется здесь в 3100 рублей. Планировали участвовать в «Открытом юге» порядка шести сочинских здравниц.

— Стоимость отдыха в Сочи в летний сезон выросла на пятнадцать — двадцать процентов по сравнению с прошлым годом. Всё дело в росте гостиничной инфляции: она больше, чем по стране. Увеличиваются цены на продукты. Кроме того, становится более заметным дефицит поставщиков с нужным для отелей пакетом. Дефицит кадров в гостиничной сфере в среднем оценивается в тридцать — сорок процентов. Есть несовершенство нормативно-правовой базы, очень много нефискальных платежей, которые приводят к росту цены. В итоге из сорока девяти отраслей экономики страны туризм по рентабельности занимает только сорок седьмое место,— рассказал председатель экспертного совета ассоциации отельеров «АМОС» Дмитрий Богданов.

Как ответ на увеличивающиеся цены — рост популярности апарт-отелей. По сравнению с прошлым годом спрос на отдых в апартаментах Сочи в 2024 году вырос на 20—30 процентов.

— Апарт-отели становятся востребованными у туристов. В конечном итоге они оказываются более экономичными для гостей. Например, если вы приезжаете на отдых с семьей, в которой есть несколько детей, то в классической гостинице, чтобы разместиться, необходимо брать номер класса люкс или полулюкс. В большинстве апартаментов есть кухня, где можно элементарно что-то приготовить или разогреть для малышей. Такой отдых более «свободный»: ты не привязан к гостиничным услугам, например к питанию в отеле. При этом расположение апарт-отелей зачастую очень хорошее: до пляжа совсем недалеко. Наш апарт-отель был открыт в 2013 году в рамках подготовки к зимним Олимпийским играм. Загрузка на сентябрь традиционно хорошая: восемьдесят — восемьдесят пять процентов. Бронирование идет активно, спрос начнет снижаться только после пятнадцатого сентября,— рассказала директор апарт-отеля «Бревис» Анна Балашова.

Еще одной возможностью отдохнуть в Сочи так, чтобы не было мучительно стыдно за бесцельно потраченные деньги, может стать аренда квартиры, тем более в сентябре цены на арендное жилье у Черного моря в среднем снижаются процентов на двадцать по сравнению с августом. Если аренда квартиры летом в Сочи стоила пять — шесть тысяч рублей в сутки, то в бархатный сезон подешевеет до четырех — пяти, аренда дома — с шестнадцати — семнадцати тысяч до четырнадцати — пятнадцати. Единственное, что здесь стоит поторопиться. Как рассказали в компании по аренде недвижимости «Алекс рент», с пятого по двадцатое сентября по многим квартирам уже наступил солд-аут, тем более что снижение цен на отдых в Сочи не будет связано со снижением температуры. Синоптики обещают: весь бархатный сезон, вплоть до конца сентября, температура воды будет не ниже двадцати шести градусов, море на курорте будет теплым и ласковым.

Готовь лыжи летом

В последний месяц лета горные курорты Сочи открыли раннее бронирование отелей, ски-пассов, услуг горнолыжной школы и проката оборудования на предстоящий зимний сезон — 2024/25. Как рассказал заместитель генерального директора по маркетингу и продажам горного курорта «Роза Хутор» Рушан Сабиров, акция раннего бронирования отдыха в зимнем сезоне гостям интересна тем, что позволяет спланировать его заранее по наиболее выгодным ценам. Например, до 31 августа можно приобрести многодневные ски-пассы (от трех дней катания) с выгодой в двадцать процентов, детские сезонные ски-пассы со скидкой пятьдесят процентов, взрослые — с дисконтом в двадцать пять процентов. Скидки на гостиницы курорта по акциям раннего бронирования достигают сорока процентов, на прокат горнолыжного оборудования и занятия с инструктором — пятнадцати процентов.

Ирина СИЗОВА

Реклама

БУДЕМ ЗДОРОВЫ!

Чтобы рак не вернулся

Каждый год в России диагностируется около шестисот тысяч онкологических больных. В Краснодарском крае ежегодно регистрируется более 25—27 тысяч новых случаев. Еще тридцать лет назад для большинства больных диагноз «рак» звучал как приговор, но благодаря достижениям науки количество спасенных от рака людей растет.

Мы говорим, что они ведут обычную полноценную жизнь. И это правильно. Хотя, по большому счету, онкологический диагноз, проведенное лечение накладывают свой отпечаток, предъявляют свои требования. То есть жизнь таких людей должна идти по своим законам. Каким именно? Об этом расскажет заместитель главного врача краснодарского Клинического онкологического диспансера №1 Лада Геннадиевна Тесленко.

— Лада Геннадиевна, после лечения у большинства пациентов наступает ремиссия. Человек может вести обычный образ жизни, забыв о болезни?

— На учете у кубанских онкологов в настоящее время состоит более 143 тысяч пациентов. Из них большинство те, кто успешно завершил лечение рака, другие вступили в ремиссию. Опухолевые клетки многих локализаций рака нередко «засыпают» на фоне терапии, но могут в любой момент проснуться.

Чтобы рак не вернулся, надо активно ему противостоять. Человек, перенесший лечение рака, всю жизнь потом должен быть под наблюдением врача-онколога. Объясню почему. Опухолевые заболевания могут давать рецидивы, возникать в другом органе. И значит, в обычный, привычный образ жизни необходимо внести коррективы. Так, для каждой категории пациентов, перенесших онкозаболевание, существуют разработанные режимы питания. Например, если в анамнезе рак желудка, то надо исключить жирное, жареное, острое, соленое. А тем, у кого было онкологическое заболевание печени, нужно исключить свинину, жирную говядину, любые продукты с консервантами, сдобную выпечку, сладости, разнообразные маринады. Всем онкобольным после лечения опухолей желудочно-кишечного тракта необходимо ограничить потребление таких продуктов, как бекон, колбасы, сосиски и хот-доги. При выборе красного мяса следует отдавать предпочтение постным частям мясной туши. Вместо жарки, в том числе на углях, использовать такие методы готовки, как запекание и варка. К сожалению, некоторые пациенты эти элементарные правила не соблюдают.

И что же тогда?

Онкологический диагноз парализует сознание человека как гром среди ясного неба. В экстремальной ситуации поведение человека определяется неизвестностью, чувством беспомощности, страхом безысходности. Он цепляется за любую возможность излечения, выполняет все врачебные рекомендации, но вот опасность миновала и...

Болезнь после сложного и длительного лечения отступает, человек расслабляется и возвращается к обычной жизни, которую вел до страшного диагноза.

Регулярные визиты к врачу необходимы с одной целью: выявить рецидив болезни, чтобы при необходимости как можно раньше начать его лечение. Пристальнее всего за здоровьем следят в первые годы после завершения лечения, когда риск рецидива наиболее высок.

Во время профилактического осмотра врач уточняет жалобы и симптомы, которые могут указывать на то, что онкологическое заболевание продолжается. Например, человек может заметить на месте первоначальной опухоли уплотнение, отмечает, что изменился цвет кожи, на ней появились язвы, она отекает или болит. Иногда симптомы возникают из-за появления метастазов, которые сдавливают органы и ткани. Например, при поражении опухолевыми клетками легких у человека может появиться одышка и кашель, при поражении печени — боль и тяжесть в правом подреберье, пожелтение кожи, обесцвечивание кала и потемнение мочи, при метастазах в головном мозге — затяжная головная боль, тошнота, головокружение, ухудшение зрения.

На Кубани под руководством Министерства здравоохранения врачи-онкологи уделяют огромное внимание осмотрам пациентов, прошедшим лечение в связи со злокачественными новообразованиями. Жизнь пациентов делится на до и после. Жизнь «до» уже прожита, а жизнь «после» может и должна быть лучше, чем «до». Именно такой подход в общении врача и пациента дает положительный результат.

Иммунные препараты продлевают жизнь

Появление современных иммунных препаратов, которые помогают миллионам людей,— это реальность, хотя еще недавно казалось фантастикой.

Иммунотерапия относительно новый подход к борьбе с опухолями. Точнее, в науке — старый, давно исследуемый, но до повседневной практики он дошел сравнительно недавно. У нас уже есть очень эффективные иммунотерапевтические препараты, которые помогают разорвать маскировку вокруг опухоли, которая блокирует противоопухолевый иммунный ответ.

В норме в нашем организме постоянно образуются опухолевые клетки. Иммунная система отлично их уничтожает. Это происходит ежедневно у каждого из нас. Но в какой-то момент при каком-то неблагоприятном фоне, например при инфекционном заболевании, опухоль уходит от иммунного контроля. Дальше она начинает подчинять себе нормальные клетки вокруг себя.

Суть иммунотерапии как раз заключается в том, чтобы сделать опухолевые клетки доступными для иммунной системы, дать толчок иммунной системе. Это при многих локализациях злокачественных опухолей позволяет добиваться выраженного лечебного эффекта и заставлять опухоль отступать на долгие годы.

В настоящее время зарегистрировано немало показаний к использованию иммунотерапевтических препаратов. Их применяют при таких видах рака, как меланома, рак почки, рак легкого, опухоли желудочно-кишечного тракта, опухоли головы и шеи и многих других. Такие препараты подходят не всем пациентам. Прежде чем назначить такое лечение, ваш лечащий доктор-онколог должен провести ряд обследований, на основании которых принимается решение о том, показан ли препарат данному конкретному пациенту. Например, для этого используются такие анализы, как определение уровня микросателлитной нестабильности и определение уровня PDL. При положительных тестах есть большая вероятность, что иммунотерапия окажется эффективной.

Если данные обследования говорят о том, что заболевание прогрессирует, дальнейшее решение о способах лечения пациента принимается на онкологическом консилиуме. На нем различные специалисты рассматривают альтернативные методы лечения: химио-, лучевую терапию, хирургическое лечение или комбинацию этих методик в зависимости от распространенности процесса, стадии заболевания и разновидности опухоли.

Рекомендации по образу жизни для онкологического больного

Опухолевые заболевания всегда сопровождаются синдромом повышенной усталости. Эффекты, связанные с плохим общим самочувствием, могут преследовать онкобольного еще некоторое время после завершения лечебного курса. И избавиться от таких проблем можно как раз с помощью физических упражнений. Разумеется, вся активность должна быть дозированной, а увеличивать ее должен специалист по лечебной физкультуре.

Кроме того, очень важно, чтобы пациент имел достаточное время не только для труда, тренировок и бытовых забот, но и для полноценного отдыха. Ведь те пациенты, которые проходят индивидуальные тренировочные программы и регулярно подвергают свой организм адекватным физическим нагрузкам, намного скорее возвращаются к полноценному образу жизни.

После лечения пациенты должны уделять особенное внимание тому, какие продукты входят в их ежедневный рацион. При этом необходимо помнить, что применяемые в онкологии фармакологические препараты могут в значительной степени влиять на изменение вкусовых ощущений. Кроме того, одним из распространенных побочных эффектов этих лекарственных средств служит снижение аппетита, а также появление тошноты.

Однако подобные нарушения носят временный характер и после окончания курса лечения будут постепенно ослабевать вплоть до полного исчезновения. Лучше стараться разбивать приемы пищи на несколько небольших порций.

В диете онкологических больных обеспечивается адекватное содержание жира, составляющее в среднем сто граммов в день, из которых не менее одной трети приходится на растительные жиры. Включение в рацион морской рыбы: скумбрии, палтуса, мойвы и другой — обеспечивает обогащение диеты кислотами омега-3, играющими важную роль в снижении риска развития сопутствующих сердечно-сосудистых заболеваний. Количество углеводов в рационе питания онкологических больных должно быть в пределах физиологической нормы — до пятисот граммов в день — с преимущественным содержанием сложных, медленно всасывающихся углеводов. Это зерновые, крупы, овощи, фрукты. Важное значение имеет кулинарная обработка: отваривание, запекание и тушение. Режим питания включает как минимум четырехразовый прием пищи с равномерным распределением количества пищи в течение дня.

В то же время актуальными являются вопросы онкопрофилактического питания, так как связь развития рака с особенностями питания в последние десятки лет является доказанной. С фактором питания прямо или косвенно связано возникновение опухолей основных локализаций: желудочно-кишечного тракта, гормонозависимых опухолей (молочной железы, матки, предстательной железы), опухолей легких. Крестоцветные овощи подавляют канцерогенез путем снижения повреждения генов. Брокколи содержит целых три антираковых вещества. Лимоны содержат терпены, останавливающие рост раковых клеток. Эффект усиливает витамин С, известный своими антиоксидантными свойствами. Он стимулирует иммунную систему, нейтрализует свободные радикалы. Бобовые — это просто кладезь полезных веществ, останавливающих размножение раковых клеток, замедляющих рост опухолей. Куркума — отличная приправа для риса и мощнейший антиоксидант. Куркумин останавливает патологические процессы в предраковых клетках. Шпинат полезен во всех отношениях своими противоопухолевыми свойствами.

В томатах есть ликопин — мощный антиоксидант противоопухолевого и иммуностимулирующего действия. Это вещество эффективно борется со всеми видами рака, особенно с меланомами и опухолями простаты.

Свёкла своими противораковыми свойствами обязана пигменту бетаину. Морковь обладает антиканцерогенными свойствами благодаря пигментам, в частности бета-каротину, а свежевыжатый морковный сок восстанавливает поврежденную структуру ДНК, защищая клетки от злокачественного перерождения.

Бездумное употребление различных добавок и витаминных комплексов не только не помогает справиться с болезнью или предотвратить ее, но еще и способствует развитию злокачественных опухолей. Данную гипотезу доказали ученые. В качестве примера приведем действие витамина Е. Он, с одной стороны, выступает в роли сильнейшего антиоксиданта, защищающего организм от действия вредных молекул. Но вот с другой — большие дозы витамина Е противоположным образом влияют на окислительные процессы. В результате этого клетки повреждаются. Поэтому не стоит самостоятельно подбирать витамины и употреблять их без назначения врача. Обязательно следует проконсультироваться с доктором, который даст необходимые рекомендации. Ведь следует понимать, что биологически активные вещества, в которых так нуждается человеческий организм, имеют свои, особые характеристики. Они могут быть как жирорастворимыми, так и водорастворимыми. Некоторые из них не столь эффективно всасываются, другие же, наоборот, активно расщепляются и поступают в кровь.

Стоит отказаться от рафинированного сахара, полуфабрикатов и уж тем более от фастфуда. А вот количество белков больным следует увеличить.

Конечно, человеку необходимо избавиться от привычек, наносящих вред его здоровью, таких как употребление спиртных напитков и табакокурение. Они повышают риск развития рецидивов, усиливают побочные эффекты фармакологической терапии и значительно удлиняют период восстановления после онкологии.

Необходимо избегать нахождения под прямыми солнечными лучами. Стоит сказать больше: категорически запрещены любые тепловые процедуры, включая посещение сауны, бани и др. Как известно, на пляже, в солярии или парилке увеличивается скорость движения крови, расширяются сосуды, так что при наличии рака на посещение подобных мест накладывается строгое табу.

Перед любой прививкой необходима консультация лечащего врача.

И конечно, самолечением нельзя заниматься! При любых изменениях в организме после лечения необходимо консультироваться у специалиста, и такие пациенты должны проходить диспансерное наблюдение врачом-онкологом пожизненно.

Татьяна ГЛАЗКО

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ЖИЗНЬ

Будь счастливым

Вокруг нас есть много хорошего — надо только пошире смотреть на мир и радоваться каждому восходу солнца! Так говорил один из мудрецов, и он совершенно прав. А способность быть благодарным жизни, испытывать положительные эмоции, наслаждаться — это признак высокого развития сознания.

У человека с низким уровнем сознания не может быть нормального состояния духа хотя бы потому, что он всегда недоволен и не умеет замечать то хорошее, что у него есть. Он будет постоянно бурчать, пыхтеть от негодования по любому поводу, но никак не пребывать в хорошем расположении духа. Эдакий человек в панцире, в который он сам себя вогнал.

Чем открытее и душевнее человек, тем более приятные и интересные возможности во всех сферах жизни перед ним открываются. Психологи утверждают, что каждый наш день можно условно разделить на три уровня: нищету, посредственность и изобилие.

Нищета — это ворох более или менее серьезных болезней. Плохое самочувствие, упадок сил, всегда что-нибудь и где-нибудь да болит. Человек выглядит и ощущает себя более старым, чем записано в паспорте. Этакий юный старичок.

Посредственность. Человек условно здоров, самочувствие среднее, на привычную деятельность сил обычно хватает. Иногда где-то кольнет да прихватит, но редко. Человек выглядит и ощущает себя приблизительно на свой возраст.

Изобилие. Здоровье богатырское, энергия бьет через край, и можно горы свернуть.

Ну а если говорить о материальной обеспеченности, то здесь всё понятно, что такое нищета, посредственность и изобилие.

Еще один важный момент, который касается человеческих отношений. Нищета — это одиночество. Посредственность — вроде бы не хуже, чем у других. Изобилие — жизнь душа в душу с окружающими.

В остальных областях жизни наблюдаются те же самые уровни. Нищета — не воспринимается практически ничего. Глухо, как в дупле дерева!

Посредственность — иногда помогает случай сделать спасительный выбор.

Изобилие — это когда довольно ясно видится будущее. Эмоции и помыслы окружающих считываются мгновенно. Та же история и с управлением эмоциями, владением голосом или приготовлением омлета — вообще с чем угодно.

Мы должны признать, что иногда наша жизнь течет не по нашему сценарию. И ничего с этим нельзя поделать. Но на самом деле всё происходящее больше связано с основополагающими привычками. Естественно, с хорошими.

Человек — раб привычки. Когда что-то идет не так, то человек ищет пути исправить положение. Чаще всего он просто ждет, что всё само собой наладится. Прибегает к советам друзей или пытается исправить ситуацию сам, но нередко безуспешно.

К счастью, многие могут успешно решить проблему. Например, индиец Дашратх Манджхи работал всю жизнь, чтобы облегчить участь всех больных его деревни.

Жена Манджхи умерла, не получив своевременной медицинской помощи, поскольку дорога от их населенного пункта до ближайшего города, в котором эта помощь могла быть оказана, проходила в обход протяженного горного образования и имела длину более семидесяти километров.

Не желая, чтобы кому-либо еще пришлось разделить участь его жены, мужчина в одиночку прорубил через горное образование проход длиной сто десять метров, работая ежедневно на протяжении двадцати двух лет — с 1960 по 1982 год. В итоге благодаря его стараниям дорога между деревней и городом сократилась до километра.

Очень важна способность человека самостоятельно контролировать ту или иную ситуацию. Феномен вымученной беспомощности был открыт в 1967 году американским психологом Мартином Селигманом.

Спустя несколько лет был проведен весьма интересный эксперимент, позволивший выявить негативное влияние вымученной беспомощности на состояние людей и доказавший, что возможность самостоятельно контролировать ситуацию делает людей благополучными в психологическом и даже физическом плане.

В эксперименте участвовали живущие в пансионате люди — всего девяносто один человек. Участников исследования условно разделили на две группы. Первой группе, живущей на втором этаже, обещали всестороннюю помощь со стороны персонала пансионата во всех сферах их жизни для того, чтобы они пребывали в комфортных условиях. При этом инициатива разного рода улучшений исходила именно от работников учреждения.

Комнаты жильцов были переоборудованы и благоустроены согласно представлениям персонала о максимальном удобстве.

Виктор ФРАНКЛ,
психиатр, психолог, философ и невролог:
«В нашу жизнь приходит радость, когда у нас есть чем заняться, есть кого любить и есть на что надеяться».

Каждому жильцу вручили подарок — комнатное растение — и пообещали, что медсестры будут заботиться о них, избавляя стариков от хлопот.

Второй группе, живущей на четвертом этаже пансионата, предоставили возможность проявлять большую инициативу в организации своей жизни. Людям объявили, что они могут обустроить свои комнаты согласно их личным представлениям о комфорте и уюте, а персонал учреждения им в этом поможет. Но было одно условие: инициатива должна исходить от самих жильцов пансионата. Им также приготовили в подарок комнатные растения, однако предложили самим выбирать те, которые нравятся больше всего. И предупредили, что ухаживать за растениями придется самостоятельно.

Опрос, проведенный через три недели после начала эксперимента, показал, что жители четвертого этажа стали ощущать себя более счастливыми и удовлетворенными жизнью, а обитатели второго этажа, напротив, показали более низкий «уровень счастья», чем до начала исследования. У группы, контролирующей свою жизнь, также отмечалось улучшение общих жизненных показателей.

Получается так, что человек сам должен приложить усилия, что и приносит ему удовлетворение. Если он внутренне счастлив, свободен и радуется жизни, то ему хочется творить и любить. И нив коем случае нельзя забывать о самом главном: о внутреннем мире.

У каждого свой ответ на вопрос о том, как жить хорошо. Представьте себе, что вы отправились в магазин за продуктами. В бумажнике безлимитная карта, а значит, по карману любой товар. По каким критериям в таком случае вы станете выбирать продукты? Логично предположить, что вместе со вкусовыми предпочтениями не менее важным определяющим фактором будет качество товаров. Увы, при других обстоятельствах, когда бюджет ограничен, мы действуем в ущерб последнему.

По такому же принципу в ущерб своему комфорту люди выбирают путь наименьшего сопротивления. В обществе потребления бытует мнение, что собственное благополучие непременно требует финансовых вложений и хорошо жить можно только за деньги.

Те, чей достаток ниже уровня среднестатистического успешного человека, предпочитают смириться с существующим положением дел и не предпринимают попыток что-то изменить в жизни. Зачем, а главное — как, если на улучшение жизни у человека недостаточно средств? Парадокс в том, что на самом деле не уровень дохода определяет наше благополучие, а наоборот.

Многие люди любят музыку, что вполне логично, ведь она во многом благотворно влияет на настроение. Но пожалуй, мало кто задумывается о том, что музыка обладает терапевтическими свойствами и она лучший партнер для тех, кто страдает от депрессии, стресса и тревоги. И для некоторых она является основным ключом к спокойствию и удовлетворению.

Большинство музыкальных произведений популярны не только из-за ритма и мелодий, но и из-за текстов и эмоций, заложенных в них. Многие люди находят утешение в словах и лирике и чувствуют надежную защиту в музыке.

Она интуитивно понятна для человека. Когда слушаешь музыку, кажется, что кто-то как будто знает наши сокровенные чувства. И начинаешь ощущать себя свободнее, безопаснее и немного счастливее.

Научно доказано, что прослушивание музыки уменьшает боль, и это не только психологический феномен. Кроме того, она улучшает мыслительные функции мозга, плодотворно влияет и на настроение, делая жизнь комфортнее.

Помогает жить комфортнее не только хорошая музыка, но и хорошие физические кондиции. Правда, полученные в молодости, они не обеспечивают нормальную жизнедеятельность на всю жизнь. Физическое совершенствование, физическая активность должны сопровождать человека постоянно, до глубокой старости.

Американские ученые установили, что у испытуемых, участвовавших в восьминедельной тренировочной программе, но затем не тренировавшихся столько же времени и вновь возобновивших на восемь недель занятия, показатели тренированности сердечно-сосудистой и дыхательной систем менялись по схеме «улучшение — ухудшение — вновь улучшение».

Было выявлено, что в результате восьминедельной детренированности физиологические показатели снижались до уровня, характерного для людей, ведущих сидячий образ жизни.

Многие полагают, что здоровый образ жизни следует начинать только с появлением болезней и признаков старения. Это в корне неправильная точка зрения. Забывается простая истина: болезни значительно легче предупредить, чем лечить.

Яркими примерами ведения здорового образа жизни являются активно и плодотворно работавшие в достаточно преклонном возрасте известные в России и далеко за ее пределами личности. Например, Николай Старостин, советский футболист и хоккеист, основатель футбольного клуба «Спартак», заслуженный мастер спорта СССР, Герой Социалистического Труда,— трудился до 94-летнего возраста.

Давид Тышлер, фехтовальщик на саблях, призер чемпионатов мира и Олимпийских игр, заслуженный мастер спорта, заслуженный тренер СССР, доктор педагогических наук, профессор, продолжал активно работать в свои девяносто лет.

Замечали ли вы за собой, с каким выражением лица просыпаетесь? С каким нежеланием всё чаще и чаще собираетесь на работу? С какой усталостью возвращаетесь домой? И хроническая усталость здесь ни при чем — причина кроется в самой вашей жизни.

Всех людей можно поделить на четыре группы. Первая — это люди с позитивным представлением о жизни. Они знают, что такое жить хорошо, и умеют это делать.

Вторая группа — эти люди, которые знают, что такое жить хорошо, но выстроить под эту планку свою жизнь не умеют. Они всячески избегают конфликтных ситуаций, потому что не знают, как из них выходить. Боятся трудностей и чаще всего имеют внутренние запреты, не позволяющие им жить так, как им хочется.

Третья группа — это люди с негативным представлением о себе и мире. Те, которые не понимают, что семейные отношения могут строиться не на скандалах, что детей необязательно ругать и подгонять, чтобы они нормально учились. Они не понимают, что можно иметь хобби, находить время на себя и получать от жизни удовольствие.

Четвертая группа — это самый сложный тип людей. Те, кто считает, что хорошо жить просто непозволительно. Они не позволяют этого даже в мечтах ни себе, ни другим и имеют большую обиду на тех, кому живется хорошо.

Очень часто нас расстраивают не реальные события, а воспоминания о прошлом или страх перед будущим. Если научиться концентрироваться на настоящем моменте, не улетая мыслями в прошлое или будущее, то исчезнет источник многих тревог, стресса и негативных мыслей. За счет этого улучшится психологический комфорт и удовлетворенность жизнью. И тогда всё будет получаться.

Максим МАКСИМОВ

БЫТ И НРАВЫ

Бить по рукам!

Такого обращения заслуживают именно те люди, которые своей привычкой красть всё и вся существенно влияют на жизнь окружающих. Естественно, самым негативным образом. Согласитесь, кому приятно быть обворованным!

А чему удивляться?

Маниакальная тяга некоторых неприятных личностей к чужому порой безгранична и поражает нормальных людей. Из магазинов могут попытаться утащить всё, что видят: пакетики с кормом для кошек, тюбики с клеем или зубной пастой, пакеты для мусора или шариковые ручки... И даже научную диссертацию, оставленную в камере хранения. Не нужна клептоману диссертация, но он всё равно тащит то, что плохо лежит. Как говорится, ручки шаловливые чешутся и не дает покоя чужое добро.

Любой добропорядочный человек знает, что красть нехорошо. Кражи преследуются законом, но при этом совершаются они постоянно, негативным образом отражаясь на жизни пострадавших.

Когда человек живет нормально и у него есть всё необходимое для комфортной жизни, то оснований для присвоения себе чужих ценностей у него очень и очень мало. Но бывают и исключения. Это когда кому-то всё мало и мало и он тащит, тащит, тащит... Чужое, конечно.

Не все так просто

Возникает вполне резонный вопрос: что же подталкивает человека к воровству? Ученые из Великобритании провели интересный эксперимент, для того чтобы выяснить причины, которые толкают людей на воровство. Кроме того, маститые эксперты попытались установить факторы, влияющие на общественный уровень данного явления.

В результате исследования выяснилось, что далеко не главную роль играет материальное положение человека. Как бедные, так и богатые люди могут воровать. И те и другие в первую очередь думают о себе и только после — об окружающих. Если, конечно, вообще о них думают.

Одним из факторов влияния на рост воровства, по мнению исследователей, можно считать наказание за данное преступление. Британцы полагают, что, если представится возможность украсть, определенная часть людей это непременно сделает и затем найдет тысячи оправданий в свою пользу.

Справедливости ради скажу, что есть и так называемое неосознанное воровство. Классический пример такого стяжательства описан в рассказе Антона Чехова «Злоумышленник». Герой произведения, неграмотный крестьянин, свинчивал гайки, которыми крепились рельсы к шпалам. Эти гайки мужичок затем использовал в качестве грузил для удочки.

Бедолага так и не понял, за что его затем осудили. Ведь скручивал он не все гайки, а только одну из четырех. Кстати, этим успешно занимались и другие односельчане. Крестьяне абсолютно не думали о том, что их действия серьезно вредили безопасности железнодорожного движения.

Ни стыда, ни совести

Воруют всё что можно и определенных успехов в воровстве достигли и любители покушать. Видимо, голод может подтолкнуть некоторых людей к совершению нелепых поступков. К примеру, в Курской области мужчина выкрал в специализированном магазине шестнадцать породистых голубей и затем беззастенчиво их съел. В каком виде? История умалчивает.

Другой клептоман украл из торгового центра города Каменска-Уральского свиной окорок весом сто шесть килограммов. Видимо, хорошо был подготовлен физически, потому как хлюпику такой вес поднять будет весьма и весьма проблематично.

Житель Петропавловска-Камчатского украл ящик колбасы, который тут же продал прохожему за двести рублей, после чего зачем-то вернулся на место преступления, где его и взяли под белые ручки стражи правопорядка. А житель города Глазова выломал заднюю дверь магазина, чтобы украсть... банку сгущенного молока. Странный поступок, который лишний раз подтверждает мысль о том, что воруют всё, что плохо лежит, стоит, висит или болтается.

Наглый обжора

В продолжение темы: в Китае здоровенный детина резво ворвался в небольшой продуктовый магазин, схватил два пирога и бросился бежать. К его удивлению, хозяин торговой лавки не стал вызывать полицейских, так как решил, что ущерб ему нанесен незначительный. И зря...

Окрыленный такой неожиданной дачей, грабитель вновь вернулся на место преступления и повторил кражу пирогов. После такой наглости владелец торговой лавки всё же отправился в полицию. Но была еще и третья попытка стащить съестное! Вот на ней-то любителя дармовых пирогов задержали.

Прямо в лоб

Помнится, в свое время в США преуспевал грабитель, который с помощью обычного кирпича разбивал сначала окно ювелирного магазина, затем витрину в его торговом зале и забирал золотых украшений столько, сколько мог унести с собой.

Наглый злоумышленник был настолько проворным, что успевал управляться со своими противозаконными делами до приезда полиции. Но, как говорится, сколько веревочке ни виться...

Однажды воришку всё же поймали, когда он попытался разбить витрину из оргстекла. Кирпич срикошетил и довольно сильно ударил грабителя по лбу, лишив его сознания на некоторое время. Ясное дело, что полиции хватило времени, чтобы приехать на место преступления и арестовать незадачливого вора.

Под Нижним Новгородом грабитель, выносящий телевизор из дома пенсионерки, забыл на месте преступления свою куртку с паспортом. Правоохранителям оставалось только прийти к нему домой и задержать с поличным.

Всемирно известный король рок-н-ролла Элвис Пресли так любил аттракцион «Американские горки», что по ночам арендовал парк развлечений в Мемфисе, чтобы на них покататься. В принципе ничего крамольного в этом нет: у парня всегда были солидные деньги, поэтому он и не скупился на ночные забавы, тем самым делая свою жизнь более комфортной и веселой. А вот грабители из германского города Бишофсхайм пошли еще дальше: они выкрали полюбившийся им аттракцион. Конструкция весом двадцать тонн, которую перевозили с одной ярмарки на другую, без следа исчезла из грузовика на парковке. Как в воду канула. И ее не нашли.

Допрыгался...

Решив улучшить свою жизнь за счет грабежа, прохиндей из города Блумфонтейн в Южной Африке не ожидал, что ночью полицейский патруль застукает его за попыткой вооруженного ограбления прохожего. В итоге грабителю пришлось уходить от погони на своих двоих. Но неожиданно вор угодил в тупик: путь ему преградила высоченная бетонная стена.

С превеликим трудом он всё же сумел вскарабкаться на нее и спрыгнул вниз. Но там его с нетерпением уже ждали разбуженные этой суматохой два бенгальских тигра — обитатели местного зоопарка. Есть неожиданного гостя звери не стали, а просто разорвали бедолагу на части и оставили посреди загона, где его и обнаружили утром первые посетители зоопарка.

Чудак-человек

Понятное дело, что все хотят жить с комфортом. Но, увы, не всегда законным способом. Один юноша обчистил магазин одежды в английском городке Бедфорде. На следующий день любитель чужого оделся в награбленное и отправился прогуляться по центру города. Словом, балбес решил щегольнуть новыми вещами.

Удивительно, но маршрут прогулки пролегал напротив витрины ограбленного магазина, и его владелец увидел из окна безмятежно гуляющего модника.

Возмущению пострадавшего не было предела. Мало того, что вор вырядился в вещи из новой летней коллекции, которая еще не поступала в продажу, так он к тому же надел с зелеными джинсами абсолютно не гармонирующую с ними ярко-голубую футболку, на которой большими желтыми буквами было написано слово «преступник»! Не в силах вынести этого зрелища, разгневанный хозяин магазина вызвал полицию, которая и арестовала незадачливого грабителя.

Грезил с детства

А кто может угнать трамвай? Правильно, только самый отъявленный чудак, если не сказать большего. Юный житель Мельбурна, который совершил это необычное преступление, с детства вызывал подозрение у родителей. Он мог часами ездить в трамваях, наблюдая, как вагоновожатые управляются с кнопками в водительской кабине.

Шло время, и в переходном возрасте это состояние у парня обострилось: юношу регулярно ловили возле трамвайных депо. Но однажды ему все-таки удалось проникнуть в трамвайное депо и отправиться в путешествие по городу. Угонщик был арестован, когда он затормозил на остановке, чтобы посадить пассажиров.

Поглупели окончательно

Италия, прославившаяся своими мафиозными кланами, также внесла свой посильный вклад в копилку глупых преступлений. Отличился житель Рима, которого полицейские застукали во время ограбления магазина. Пытаясь спасти свою шкуру от суровой руки закона, он взял в заложники... манекен, который был выставлен в витрине торговой точки.

Приставив пистолет к искусственному виску манекена, горе-грабитель пригрозил пристрелить манекен, если полицейские предпримут попытку захвата. От задержания ничего не спасло, и его арестовали.

Иногда кажется, что грабители глупеют день ото дня. Если нет оружия, то идут грабить магазины, взяв с собой игрушечные пистолеты, пластмассовые ножи или просто сложив пальцы пистолетиком. Но чтобы такое... В США парень попытался ограбить бар при помощи терки для сыра.

Понятное дело, что бармен и не подумал выдавать грабителю наличные, а взял стул и с его помощью огрел злоумышленника парочкой мощных ударов. Да таких, что грабитель выбежал из бара, обронив терку. Вскоре недотепу задержали полицейские.

В Калифорнии нашелся чудак, который после ограбления магазина был арестован в нескольких кварталах от места преступления. Полицейских смутил вид голого человека. Оказалось, что грабитель сгоряча решил, что его могут опознать по одежде, и выбросил свои наряды в мусорный бак.

Еще один случай. Однажды ночью вор проник в один из домов в Сан-Бернардино в Калифорнии. Внезапно взломщик услышал голоса, доносившиеся из спальни на втором этаже. Разговаривали хозяева домовладения: муж рассказывал жене о каком-то смешном происшествии на работе.

Случай был настолько забавным, что рассмешил и грабителя. Услышав его сдавленный смех, доносившийся из гостиной, супруги немедленно вызвали полицию. Словом, досмеялся грабитель.

Часть пляжа, а это несколько сотен тонн песка, была украдена на Ямайке. С пляжа вывезли пятьсот грузовиков с песком, а полиция так и не шла прохиндеев.

В немецком городе Дюссельдорфе осудили недотепу, мечтавшего ограбить банк. Сначала он долгое время топтался у дверей финансового учреждения, ожидая его открытия. Затем еще в течение трех часов отирался у входа в банк под несколькими камерами видеонаблюдения, собираясь с духом и привлекая внимание охраны и прохожих своим нелепым нарядом: шортами, майкой и шерстяной шапочкой.

Наконец грабитель зашел в банк, резко натянув головной убор на лицо. При этом он оказался в полнейшей темноте, поскольку прорези сделал на затылке, поэтому ничего не видел. Пройдя несколько шагов вслепую, грабитель оказался перед камерами видеонаблюдения. Потеряв в темноте всякое соображение, он в панике сорвал с себя шапочку и подставил под камеры свою физиономию крупным планом.

После такой столь необычной фотосессии недотепа кинулся к кассиру и, наставив на нее пистолет-зажигалку, дрожащим голосом потребовал наличные деньги. Служащая банка, едва сдерживая хохот, послала его ко всем чертям. Грабитель внял ее пожеланиям, но ушел недалеко и был задержан охраной банка прямо в дверях финансового учреждения.

Судья на процессе по-доброму посоветовал ему больше не позориться и впредь банки не грабить. И присудил горе-грабителю лишь год условно.

Жительница города Лейк-Сити в американском штате Флорида лицензии на хранение и ношение огнестрельного оружия не имела, поэтому для грабежа решила воспользоваться самым смертоносным из того, что могла найти у себя дома,— электропилой.

Когда она ворвалась в домик администратора одного из мотелей, требуя немедленно открыть сейф и отдать ей всё, что там находится, сотрудники гостиницы, вопреки ее ожиданиям, не испугались. Администратор мотеля едва удержался от смеха, глядя на девушку, грозно размахивающую электропилой, провод которой волочился по полу. Судя по всему, грабительница не имела представления о том, что электропила опасна только в том случае, если она включена в электрическую сеть.

Во всех сферах жизни встречаются люди добропорядочные и есть, мягко говоря, не очень. В том числе и преступники. А так хотелось бы, чтобы никто не посягал на наше спокойствие и не делал так, чтобы хотелось ударить по их рукам.

Максим МАКСИМОВ

В этом году земельный, транспортный и имущественный налоги нужно уплатить до второго декабря

Срок уплаты налогов за недвижимое имущество и транспорт в 2024 году — до второго декабря. Не позднее чем за тридцать дней до этой даты владельцы собственности получат налоговые уведомления для уплаты налогов.

В этом году, помимо имущественных налогов, они будут содержать следующую информацию об НДФЛ: в отношении доходов, по которым он не был удержан, и сведения о доходах, полученных от процентов по вкладам.

Налоговая служба направляет налоговые уведомления несколькими способами:

— через сервис ФНС России «Личный кабинет для физических лиц» или мобильное приложение «Налоги ФЛ»;

— через Единый портал государственных и муниципальных услуг (для этого нужно направить уведомление о необходимости получения документов от налоговых органов через ЕПГУ);

— по почте заказным письмом по месту регистрации.

Если налогоплательщик проживает по другому адресу, налоговая служба рекомендует зарегистрироваться в «Личном кабинете» или на госуслугах. Неполучение налогового уведомления не освобождает от уплаты налога. За каждый день просрочки начисляются пени.

Уведомление может не прийти только по следующим причинам:

— если у налогоплательщика есть льготы и вычеты, которые больше, чем налоги, или есть другие основания, полностью освобождающие от уплаты налога;

— если общая сумма налогов составляет менее трехсот рублей, уведомление не придет на бумаге, но эта сумма обязательна к уплате в следующих налоговых периодах;

Также по почте уведомление не будет направлено, если у гражданина есть «Личный кабинет» и он не направил в налоговый орган уведомление о необходимости получения налоговых документов на бумаге. Или же если гражданин направил уведомление о необходимости получения документов через ЕПГУ.

Чтобы убедиться в правильности исчисления налогов, можно воспользоваться сервисом ФНС России «Справочная информация о ставках и льготах».

Уплатить налоги можно любым удобным способом: через «Личный кабинет» или его мобильную версию «Налоги ФЛ», сервис «Уплата налогов и пошлин», Единый портал госуслуг, онлайн-сервисы банков, в отделениях банков и почтовой связи.

В Краснодарском крае более четырех тысяч организаций выбрали типовой устав

Использование налогоплательщиками типовых уставов, размещенных на сайте ФНС России, в сервисе «Выбор типового устава», поможет избежать ошибок при оформлении учредительных документов и упростить документооборот с налоговым органом в дальнейшем. По состоянию на первое августа удобство стандартного документа оценили 4197 обществ с ограниченной ответственностью региона.

Типовой устав — это стандартизованный учредительный документ, содержащий перечень обязательных сведений об организации. Основным преимуществом типового устава является экономия времени на составление, утверждение и регистрацию в налоговом органе. Его использование снижает риск отказов в регистрации организации из-за несоответствия пунктов устава законодательству. Документ не содержит сведений о наименовании общества, месте нахождения и размере уставного капитала. Поэтому в случае их изменений не требуется корректировка учредительного документа.

Приказом Минэкономразвития России от 01.08.2018 №411 утверждено 36 типовых уставов. Их можно выбрать как вновь создаваемому, так и уже действующему обществу.

Инспекция Федеральной налоговой службы №1 по городу Краснодару дополнительно обращает внимание на то, что для подачи документов на регистрацию налогоплательщики вправе воспользоваться сервисом ФНС России «Государственная онлайн-регистрация бизнеса».

ИФНС РОССИИ № 1 ПО Г. КРАСНОДАРУ

Извещение о проведении общего собрания участников долевой собственности на территории Кущевского сельского поселения Кущевского района Краснодарского края земельного участка с КН 23:17:0101007:75

Администрация Кущевского сельского поселения Кущевского района Краснодарского края по инициативе арендатора и участника общей долевой собственности земельного участка с кадастровым номером 23:17:0101007:75 - Общества с ограниченной ответственностью опытно-производственного хозяйства «Слава Кубани», юридический адрес которого: Российская Федерация, Краснодарский край, Кущевский район, ст. Кущевская, пер. Кубанский, 44, извещает о проведении общего собрания участников долевой собственности земельного участка из земель сельскохозяйственного назначения с кадастровым номером 23:17:0101007:75, категория земель: земли сельскохозяйственного назначения – для сельскохозяйственного использования, площадью 2200463 кв.м., местоположение установлено относительно ориентира, расположенного за пределами участка. Ориентир: ст. Кущевская. Участок находится примерно в 8,0 км, по направлению на юг от ориентира. Почтовый адрес ориентира: Краснодарский край, р-н Кущевский.

Собрание состоится «26» ноября 2024 года в 14 часов 00 минут, начало регистрации в 13 часов 00 минут, по адресу: Краснодарский край, Кущевский район, ст. Кущевская, пер. Кавказский, 134, клуб «Радуга».

ПОВЕСТКА ДНЯ:

1. Выбор председателя общего собрания.
2. Выбор секретаря общего собрания.
3. Выбор счетной комиссии.
4. О продлении срока договора аренды земельного участка при множественности лиц на стороне арендодателей.
5. Об условиях увеличения размера арендной платы к договору аренды земельного участка при множественности лиц на стороне арендодателей.
6. Утверждение проекта дополнительного соглашения к договору аренды земельного участка при множественности лиц на стороне арендодателей.
7. Выбор лица, уполномоченном от имени участников долевой собственности без доверенности действовать при согласовании местоположения границ земельных участков, одновременно являющихся границей земельного участка, находящегося в долевой собственности, при обращении с заявлениями о проведении государственного кадастрового учета и (или) государственной регистрации прав на недвижимое имущество в отношении земельного участка, находящегося в долевой собственности, и образуемых из него земельных участков, а также заключать договоры аренды данного земельного участка, в том числе об объеме и о сроках таких полномочий.

По всем вопросам подготовки и проведения общего собрания участников общей долевой собственности обращаться по адресу: Краснодарский край, Кущевский район, пер. Кубанский, 44. Контактный телефон: 8 (86168) 5-04-90.

Для регистрации на участие в собрании общей долевой собственности при себе необходимо иметь документы, удостоверяющие личность; выписку из ЕГРН; доверенным лицам, законным представителям необходимо иметь документы, удостоверяющие личность; документ, подтверждающий полномочия для участия в голосовании, и выписку из ЕГРН.

КУБАНЬ СЕГОДНЯ Тираж — **5000** экземпляров

Управляющий
М. А. АРЕНДАРЕНКО
Главный редактор
А. М. АРЕНДАРЕНКО
Тел./факс 8 (861) 992-70-01;
e-mail: kubanseg@mail.ru
Коммерческий отдел —
тел.: 8 (861) 267-15-15,
8 (861) 255-60-79

Редакционная коллегия:
Назарова Елена Грайровна — первый заместитель управляющего, тел.: 8 (861) 268-44-88, 8 (861) 992-70-07;
Шумакова Яна Николаевна — помощник управляющего — ответственный секретарь, тел.: 8 (861) 267-15-15, 8 (861) 255-60-79;
Адамова Марина Владимировна — первый заместитель главного редактора;
Мусаев Михаил Магомедгаджиевич — заместитель главного редактора;
Перепеч Любовь Николаевна — коммерческий директор, тел. 8 (861) 268-00-44

АДРЕС РЕДАКЦИИ, УЧРЕДИТЕЛЯ И ИЗДАТЕЛЯ:
350 000, г. Краснодар, ул. Калинина, 468,
тел. 8 (861) 267-15-15;
сайт: www.kubantoday.ru
УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ:
ЗАО «КУБАНЬ СЕГОДНЯ»
Газета выходит с 23 февраля 1996 года

Регистрационное свидетельство ПИ №ФС77-46456 от 07.09.2011. выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Газета отпечатана в типографии НАО «Печатный двор Кубани». Адрес типографии: 350 072, г. Краснодар, ул. Тополиная, 19.
За содержание объявлений и рекламы редакция ответственности не несет.
Все товары и услуги, представленные в газете, имеют лицензии и сертификаты соответствия. Ответственность за достоверность информации, содержащейся в рекламных материалах, согласно Закону «О рекламе» (ст. 38) несут рекламодатели.
Мнения, высказанные авторами на страницах газеты, не обязательно совпадают с точкой зрения редакции.
Полное или частичное использование авторских материалов сотрудников газеты возможно только по согласованию с редакцией.

Объем — 4 п. л., печать офсетная.
Номер подписан в печать 25.09.2024, в 16:00, по графику — 25.09.2024, в 16:00
Заказ № 2547
ПОЧТОВЫЕ ИНДЕКСЫ ДЛЯ ПОДПИСКИ:
ЕЖЕДНЕВНЫЙ ВЫПУСК (ЧЕТВЕРГ, ПЯТНИЦА) — ИНДЕКС ПР493,
ЧЕТВЕРГОВЫЙ ВЫПУСК — ИНДЕКС ПР494
ЦЕНА СВОБОДНАЯ
16+